FISICHE OSSERVAZIONI
SULLE
MALATTIE NERVOSE
e sul modo più facile di curarle

OPERA

AD USO DEGLI STUDIOSI DELLA SCIENZA MEDICA

DI

GIO: GASPERO STUNZER

Consigliere Imperiale e Reale, e Medico di Corpo di S. M. l'Imperadore ec.

TRADUZIONE DAL TEDESCO.

VENEZIA MDCCLXXXIV.
Presso Leonardo e Giammaria Fratelli Bassaglia.

Con pubblica Approvazione, e Privilegio.

[illegible]

PREFAZIONE.

Le Malattìe Nervose divenute quasi di moda hanno sempre risvegliato la mia attenzione. Le osservazioni che io feci fin da otto anni, parte in questo Spedale Civico, parte per la mia pratica privata, eccitarono in me il desiderio di raccorre ancora notizie estere, se sotto un diverso clima regni l' istesso male, e quali rimedj preferibilmente si apprestino. Lo feci quando ebbi l' alto onore di accompagnare per due anni ne' suoi Viaggi S. A. R. il Serenissimo Arciduca Massimiliano. *Questa occasione mi fu molto grata, potendomi abboccare coi Medici i più intelligenti sull' origine e frequenza delle Malattìe Nervose nei diversi Paesi, e sopra i mezzi di curarle. La mia attenzione si raddoppiò al mio ritorno; trovai che ordinariamente un savio regolamento di vita unito a pochissime medicine faceva più effetto di qualunque profusione di medicamenti il più delle volte applicati fuor di tempo.*

Spesso addiviene che i malati stessi per loro colpa rendono, senza saperlo, il loro male incurabile. Eglino adoperano tutto, e si rovinano più che mai; solo non si appiglia-

no ad una regolata maniera di vivere, che è la cosa più salutevole e necessaria. A por riparo ad ambedue questi mali è destinato il presente Opuscolo che è il risultato delle Osservazioni di sedici anni. Io insegno ai Lettori non Medici, perchè siffatta dottrina possa esser loro intelligibile ed utile: la descrizione dei sintomi li convincerà dell' attual presenza di questa malattìa; il metodo assegnato per la cura li preserverà dall' abuso di confondere insieme i dannosi cogli utili rimedj, ed il prescritto metodo di vita li metterà in istato di potersi guidare da sè medesimi.

In conseguenza di ciò si rende inutile la prescrizione delle Ricette, l' assegnar la dose, come pure l' esecuzione di tante mediche imposture. Perciò ho omesso e l' uno e l' altro, pensando che simili prescrizioni sarebbero inutili agl' intelligenti dell' arte, e forse dannose al mio Lettore per cui principalmente intraprendo di scrivere. Il non sapere le cose che a mezzo, conduce in labirinti, ed il conoscerle perfettamente, esige quasi un intero corso di Medicina. Lo sviluppare tutte le diversità dei casi, circostanze ed aggiunti, delle cagioni e degli effetti è impresa che richiede maturo giudizio, e lunga esperienza. Non ad altro dunque tende il mio scopo, che a consigliare al mio

Let-

Lettore rimedj, che nocumento non rechino in verun caſo, ma in quaſi tutti apportino utilità. Di queſti dunque potrà ſervirſi l'ammalato con ſicurezza, eſſendoli neceſſario un pronto ajuto, ovvero accorgendoſi che i più ſcelti medicamenti ſi rendeſſero infruttuoſi. Non faccia ſpecie a taluno che i miei preſcritti rimedj ſiano per lo più dei più facili, e meno diſpendioſi: la natura non ſi paſce della noſtra immaginazione; baſta che gli accidenti vengano moderati, e finalmente tolti del tutto. Non rigetto per queſto altri prezioſi medicamenti: eſſi poſſono eſſer bene adattati alle circoſtanze; ma convien prenderli dalle mani di Medici intelligenti: Al mio Lettore che non è aſſuefatto a ponderar gli accidenti, e a ſepararglì l'uno dall'altro, non ſarebbero alcun ſervizio.

Se mai ſono arrivato al mio intento, ſe mai in qualche luogo ſi riſolveſſe un Lettore di vivere a norma della mia preſcrizione, rigettando da sè tanti rimedj dannoſi, che fino ad ora hanno aumentato il ſuo male; ſe egli ſi attiene ai medicamenti ſalutiferi ed efficaci, ſe finalmente ſente i ſuoi accidenti mitigati, e col tempo tolti del tutto, io ſono abbondantemente premiato della mia fatica.

NOI RIFORMATORI

Dello Studio di Padova

Avendo veduto per la Fede di Revisione, ed Approvazione del *P. F. Gio: Tommaso Mascheroni* Inquisitor General del Sant' Offizio di Venezia nel Libro intitolato : *Saggio sulle Malattie Nervose ad uso degli Inesperti nella Scienza Medica di Gio: Gaspero Stunzer* (*stampa*) non vi esser cosa alcuna contro la Santa Fede Cattolica, e parimente per attestato del Segretario Nostro, niente contro Principi, e Buoni Costumi, concediamo Licenza alli *Fratelli Bassaglia* Stampatori di Venezia che possi essere stampato, osservando gli ordini in materia di Stampe, e presentando le solite Copie alle Pubbliche Librerie di Venezia, e di Padova.

Dat. li 13. Agosto 1783.

(*Andrea Tron Cav. Proc. Rif.*

(*Niccolò Barbarigo Rif.*

(*Alvise Contarini 2do. Cav. Proc. Rif.*

Registrato in Libro a Carte 92. al Num. 860.

Davidde Marchesini Segretario.

DESCRI-

DESCRIZIONE

DELLA MALATTIA

IPOCONDRIACA ED ISTERICA.

SI contano generalmente tra le Malattie Nervose tutti quei straordinarj accidenti, che presso alcune persone nascono da cause così leggieri che gli Uomini sani o non ne soffrono niente, o ben poco.

Ogni dolore infatti che attacca i nostri nervi, non deve subito dichiararsi per malattìa nervosa: chi metterebbe il dolore cagionato da nociva flussione di denti nella classe di questa malattia? Bisogna che da una parte si unisca un'insolita disposizione de' nervi, dall'altra un' eccitante cagione, la quale secondo le comuni apparenze della natura niuna connessione ha coll' effetto che produce, di modo che la base di questi effetti consiste la maggior parte in una straordinaria commozione di nervi. Il dolor dei denti è sempre una malattìa; ma corpi interamente sani non ne sentono altrimenti ulteriori incomodi; mentre che al contrario quelli che hanno i nervi irritabili, soffrono convulsioni e deliquj. Da ciò si conoscerà facilmente, che non il dolor dei denti, o qualche altro dolore, ma bensì questi straordinarj accidenti appartengono alle malattìe de' nervi.

Sono chiamate queste malattìe Ipocondriache o Isteriche, secondo che il genere maschile, o il vago delicato Sesso tormentano. Ambedue han-

no la ſteſſa ſorgente, e la loro differenza è sì lieve, che io tutte e due nella medeſima deſcrizione le comprendo. Prima racconterò tutti i caſi, come eſſi di grado in grado creſcono; mentre in queſta guiſa mi luſingo di far concepire a ciaſcun dei miei Lettori un male, che in tante diverſe forme ſuol maſcherarſi.

Il male Ipocondriaco o Iſterico ordinariamente comincia nel baſſo ventre. I malati ſentono delle ventoſità nello ſtomaco, o negl' inteſtini; a queſto ſi aggiunge un bruciore nello ſtomaco, tutti acidi, nauſea, vomito di una materia acquoſa, o denſa, viſcoſa, o nera, ſimile alla depoſizione del Caffè bollito. Alcuni perdono il guſto di mangiare, o ſoffrono indigeſtione. Altri digeriſcono ſubito, e ſentono un inſolita fame; nel tempo di queſta fame ſi manifeſta la debolezza, gli ſvenimenti, e languidezza di ſtomaco. I malati appetiſcono ſpeſſe volte coſe ſtrane ed inſolite, che la natura non deſtinò per l'umano nutrimento, ſenza eccettuar la creta e i carboni. Lo ſtomaco gonfia viſibilmente, particolarmente dopo il paſto: qualche volta ſopraggiungono ſpaſimi e dolori veementi di ſtomaco, quindi ne ſegue una moleſta pigiatura, o ſtrettezza di petto, un' ingrata benchè non doloroſiſſima ſenſazione intorno allo ſtomaco, unita qualche volta a un avvilimento d' animo, ad anguſtie, e a un inſolito timore.

Non di rado ſi ſente un faſtidioſo battere per tutto il corpo, una tenſione negl' inteſtini, ed in alcune parti uno ſtiramento inquieto; altri ſi lagnano di eceſſivi dolori di corpo, e di un forte bollimento nel baſſo ventre. Alcuni hanno il corpo ſciolto, altri lo hanno ſtitico, e queſti, ſe creſce l' attacco del male, ſi ſgravano

no di materie ſimili a quelle delle capre. Queſto ultimo è da riguardarſi come un ſegno evidente e quaſi caratteriſtico, che ſi abbiano a patire gli attacchi di queſta malattìa nervoſa.

A ciò ſi aggiunge talvolta un dolòr nella ſchiena, che non di rado ſi eſtende per tutto il corpo, ed è ſimile al dolor della pietra: alla bocca concorre più copioſa la ſalivazione: ſpeſſo ſente il malato uno ſtimolo e un' inſolito calor nell' uretra, coll' impulſo dell' orina, che d' ordinario viene in quantità come acqua pura. Quaſi tutti i Medici, che hanno ſcritto ſu queſto male, danno l' abbondante copia dell' orina ſimile all' acqua per un ſegno certo di malattìa di nervi, quando altri accidenti non provaſſero il contrario.

Non tutti gli ammalati hanno i ſopraddeſcritti accidenti; alcuni ne riſentono più, altri meno. Ma quello comune a tutti è, che ne traſcurano il principio, e lo ſtomaco indebolito ne incolpano. In queſto caſo ſi abbandonano a sè medeſimi, hanno rifugio ad un gagliardo Caffè, cercano di fortificar lo ſtomaco con vini auſteri, e procurano con purganti di ſcacciare dal corpo, conforme ſi immaginano, i venti, e la bile.

I Medici che non vogliono ſpendere intorno ai malati nè tempo nè fatica, conforme richiederebbe il biſogno, e bene ſpeſſo volendo non poſſono, cercano delle materie trattenute nelle vie della digeſtione, e preſcrivono all'ammalato delle polveri ſolventi, o medicine evacuanti.

Or trovandoſi l' ammalato alleggerito, ſi dimentica intanto di levar la cauſa, donde il male ebbe origine, non ſi riconoſce neppure, vive alla ſua ſolita uſanza, ed il mal vecchio ri-

tor-

torna. Egli ricorre di nuovo ai suoi primi medicamenti, da cui si trovò alleggerito, forse gli riesce nuovamente, continua dunque nel suo metodo di vita, come per l'avanti; peggiora il male insensibilmente, ed egli a poco a poco sempre più diventa malato.

Nel caso che vi siano delle materie impure negl' intestini e nello stomaco, allora la suddetta maniera di sanare sarà del vantaggio, specialmente se gli ammalati si accomodano al metodo di vita necessario; ma siccome ciò non segue che pur troppo di rado, indi è, che la malattia per lo più si aggrava.

Se gl' insulti si aumentano, allora un rapido calore passa subitaneamente per tutto il corpo; qualche volta un imbrividimento o gelo attacca certe parti del corpo, non altrimenti che se gli fosse stata gettata addosso dell'acqua fredda. Non di rado dopo la tavola, o dopo una seria applicazione monta ordinariamente alle guance un insolito calore. A questo si uniscono dei dolori passeggieri nelle braccia, ed ossa, un penetrante dolor nella schiena, e tra le spalle, spasimi negl' intestini, o nei muscoli sì del collo come del capo, deliquj con moleste contrazioni nello stomaco, negl' intestini, nella gola, nelle mani e nei piedi; ne segue uno svenimento dopo l'altro, il cuore batte e palpita, il polso generalmente è assai vario, spesso naturale affatto, qualche volta insolitamente tardo, altre volte assai frequente, ordinariamente più debole che pieno, ed in qualche circostanza intermittente.

In molti si è osservata una tosse secca, un respiro difficile, ed un molesto serramento sul petto, che spesso in certi tempi ritorna, gli sbadigli,

digli, i ſinghiozzi, i ſoſpiri ſono le ordinarie conſeguenze della ſerratura. I malati hanno la penoſa ſenſazione medeſima, che avrebbero, ſe una palla o un altro corpo duro occupaſſe loro la gola, per cui temono di affogare. Alcuni piangono, altri ridono eccesſivamente ſenza averne giuſto motivo.

Infermi di tal ſorta ſentono per la maggior parte della giornata del freddo, ed il loro polſo è inſolitamente languido: viceverſa nel tempo del dormire gli ſopravviene un calor paſſeggiero che ſi dilata per tutto il corpo: il polſo diviene più frequente e più forte: ſi aggiunge la debolezza e la ſenſazione di un deliquio, che comincia dalle vicinanze dello ſtomaco.

In queſto ſtato di coſe cominciano i malati a poco a poco a ſmagrire, non oſtante che l' appetito ſi ſia conſervato buono, al che forſe l'angoſcia a cagione del loro male, ed il timore di una vicina morte per la maggior parte contribuiſcono.

Allora ſi chiede conſiglio per togliere il male. Si vuole un' acrimonia nel ſangue, che di rado avvien che s' incontri; ovvero dal calor notturno ſi riconoſce l' acceſſo di una lenta febbre: l' infermo prende di propria elezione o per preſcrizione Zuppe, Latticini, Tiſana d'orzo, ed altri ſimili medicamenti umettanti.

Ma tutto è invano, ſinchè non viene eſaminata la malattìa con tutta l' attenzione, ſinchè ſi bada ſolamente a raſſettar le crepe della fabbrica, ſinchè non ſi mette mano ai fondamenti, la di cui commozione è originata da queſto male. Si evitino le cagioni, ſi tenga un eſatto metodo di vita, ſi prendano poche, ma adattate medicine, e il male cederà.

Di-

Diversamente, anderà sempre peggiorando l' infermo; particolarmente quando si alza troppo sollecitamente dal dormire, è molestato da vertigini; dolori di capo tormentosi ritornano di tempo in tempo: qualche volta una sola parte del capo è quella che dai dolori viene attaccata, talvolta un luogo soltanto nulla maggiore della grandezza di una moneta di argento, colla sensazione dolorosa, come se fosse stato dentro cacciato un chiodo.

Un tintinnio o susurro negli orecchi, con cui si accompagna eziandio l' oscuramento della vista, molesta non di rado tali malati, particolarmente se siano incomodati da ventosità. Non si trova nei loro occhi in alcun luogo un mancamento; non ostante sembra a loro, come se avanti i medesimi si alzasse una nebbia folta, o come se apparisser loro delle scintille, ovvero come se vedessero duplicato ogni oggetto. Se vanno in piazze spaziose, se con una piacevole estesa veduta voglion dar pascolo ai loro occhi, la debolezza, o vertigine gli sorprende, e tutti i membri principiano a vacillare.

Ad alcuni si eccita un' insolita sensazione dell' odore, ed altri del gusto. Sentono odori da oggetti che non posson agire sopra di loro per non esser presenti; a questo si unisce una continua sonnolenza accompagnata da inquietudini inesprimibili, ma che di nuovo a poco a poco si perdono subito che gl' infermi si risvegliano; il sonno istesso inquieto, e spesso accompagnato da spaventevoli sogni; ad alcuni, appena che si mettono a letto, si presentano varj pensieri da' quali stentano a liberarsi; non di rado si unisce l' infingardaggine, ed una troppo grande inclinazione al sonno.

Simi-

Simili malati sono per lo più timidi, mesti, a malinconici, benchè in altri tempi portano l'allegrezza fino alla nausea, tanto ella è straordinaria. Generalmente ciò addiviene nelle subitanee mutazioni dei tempi. I loro pensieri son confusi, la memoria è debole, e la facoltà pensante tutta cambiata. Quei che prima con animo intrepido ascoltar poteano le morti improvvise, tremano ora ad ogni racconto di malattìa pericolosa o morte improvvisa; se di più hanno conosciuta la persona, se sanno, che la medesima ha sofferto de' guai non dissimili ai loro, se hanno avuto una morte, che ancor essi temono, allora sì forte diviene l'immaginazione e il timore, che appena possono tollerare il nome della malattìa del defunto.

Quei che soffrono simili mali Ipocondriaci ed Isterici sono ordinariamente di una più dilicata e sensibile complessione. Benchè sentano dello sdegno contro il delinquente reo di omicidio o di furto, pure il vederlo condurre al luogo del suo gastigo, e ricevere la meritata pena, è alla loro sensibilità totalmente contrario. Per quanto da un lato gli stimolasse la curiosità o di vedere il malfattore medesimo, o di sentir descrivere da' testimonj oculari il contegno da lui usato nella sanguinosa Scena, altrettanto vengono dall' altra parte ritenuti dalla gran delicatezza della loro sensibilità. Essendo forse costretti a sentire in qualche luogo un simil racconto, provano comunemente degl' insulti convulsivi. Un gelo gli scorre per le spalle, il volto divien pallido, e dalla region dello stomaco gli sale una specie di languidezza che arriva fino alla nausea; tenere simili discorsi a tavola avanti simili persone, sarebbe una solenne increanza.

Da

Da una sì alterata disposizione d'animo hò conosciuto non di rado essere Ipocondriaci gl'infermi, e l'esperienza c'insegna che questo tenero e delicato sentimento si perde nell'atto in cui il male abbandona l'ammalato.

Il peggio è, che malati di questa specie si figurano una quantità di malattie, che realmente non hanno; e comechè ne sono fermamente persuasi, quindi è che s'inquietano, se i loro accidenti non sembrassero agli altri della medesima forza, e pericolo.

Allora consultano tutti i Medici, si proccurano Libri di Medicina per far da Medici essi medesimi; vedono sempre avvicinarsi la morte, e a poco a poco s'immergono in una profonda mestizia. Se per altro viene un'ora buona, si dimenticano del loro male; mangiano, bevono, giuocano, ballano egualmente che i più sani; e si divertono allegrissimamente in una conversazione di loro genio. Da questo comprendono bene, di quanto vantaggio sia per l'alleggerimento del loro male una piacevole distrazione, ma non possono, nè vogliono concedere che nella maggior parte il male dall'immaginazione dipenda.

Se la malattia de' Nervi consista nell' immaginazione, ovvero sia malattìa reale.

IO mi dò a credere, che niente fuor di luogo quì sia l'esame, se gli descritti casi siano effetto di una guasta immaginazione, o sivvero un male reale. Quando il male comincia, ordinariamente è sì lieve, che suol nascondersi all'ammalato, ai suoi amici, e fino al Medico medesimo. Continuando questo male si assuefanno

no gli amici e i ſerventi ai continui eceſſivi lamenti; ſi accorgono che l' ammalato ha buon appetito, ſonno quieto, ilarità d' animo, particolarmente ſe non gli mancano occaſioni di diſtrarſi.

Si trova il polſo buono, e forſe i ſegni eſteriori non portano allo ſcuoprimento di alcuna attual malattìa: allora diceſi che l' ammalato è Ipocondriaco, e pieno d' immaginazione. Una maniera di riderſi del malato, di beffarſi de' ſuoi lamenti tacitamente, e paleſemente, è quella di raccontare aneddoti, che danno motivo ai più ſani di ridere, ma non guariſcon l'infermo. Per quanto poco amor del proſſimo contenga un tal procedere, ſi crede non oſtante di aver fatto molto, quando ſi è per compaſſione dichiarato l' ammalato, ſenza darſi premura di togliere il ſuo male. E' lo ſteſſo che ſi derideſſe uno, che patiſce di Podraga, perchè a fronte dei ſuoi dolori ha ſempre buon aſpetto.

Vi ſono delle malattie gravi e pericoloſe, nelle quali l' appetito non ſi perde. Io ebbi ſotto la mia cura dei tiſici; i quali per ſedar la loro fame di notte, ſi provvedevano tacitamente nel letto di robe da mangiare. Ritorna anche il ſonno, in molte malattìe, quando è paſſato una volta il forte acceſſo del male. Servano d' eſempio coloro i quali ſon tormentati da eceſſivi dolori di denti; dormono eſſi di nuovo placidamente, toſtochè quei ſon paſſati. Eppure ſarebbe egli ragionar ſenſatamente, ſe a cagione dell' appetito dell' uno, e del placido ſonno dell' altro, a quello negar voleſſimo l'etiſìa, a queſto il dolor de' denti.

Altrettanto c' inganneremmo ſe incolpaſſimo l' Ipocondriaco d' una mera immaginazione per l'in-

l' inconcludente motivo, ch' ei gode ſpeſſo un ſonno tranquillo, ed un ſano appetito. Deve forſe ogni male continuare colla medeſima veemenza per meritarſi finalmente il nome di malattia? Inſino quegli che ſono tormentati da un cancro, o dalla pietra, non ſentono ſempre i dolori, molti di loro hanno nel loro male un aſpetto paſſabilmente buono, ſono ilari, allegri nelle converſazioni, quando il male fa tregua: dovrebbeſi per queſto chiamar la lor malattìa una mera immaginazione.

Ma perchè non ſentono eſſi niente o pure meno nel tempo della diſtrazione? Non vi è quaſi malattia, che non ſi mitighi col divertimento, per quanto uno ne ſia capace, e ſi potrà domandare, perchè giovi all' Ipocondriaco? Nel tempo dell' inſulto hanno i nervi una moleſta tenſione. Se s' interpone una piacevole diſtrazione, toſto i nervi ſi tendono diverſamente; ed il male cede in parte effettivamente e in parte l'ammalato cura meno le incomode ſenſazioni.

Biſogna levarſi queſte coſe dalla mente, dice il Sano all' Ipocondriaco: Concedo. Se ſi foſſe capace di paſſar ſopra a molte coſe, ſi ſentirebbe meno. Ma il noſtro corpo influiſce troppo ſul noſtro ſpirito, perchè ſi rieſca ſempre. E' ella colpa dell' ammalato, che i flati cagionino nello ſtomaco e negl' inteſtini ſenſazioni tali da far temer la morte? Quando egli ſi è ſgravato di queſti ride anche ei unitamente cogl' altri, e non crede di eſſer quello di prima; non altrimenti che nelle febbri ardenti, l' ammalato s' inquieta e s' infuria con tutti quelli che adattar non ſi vogliono alle confuſe ſue idee; ma levata di mezzo che ſia una volta la febbre, ride egli ſteſſo delle ſue ſtravaganze.

Un

Un Ipocondriaco, che oggi nulla patisce, appena crede da sè medesimo, che non sia più che jeri ch' egli ha tanto patito: anzi essendo il suo male tolto affatto per le medicine, non è neppure più inclinato a credere agli altri, che attualmente son tormentati da simili incomodi. La sua incomoda sensazione finisce, e la sua immaginativa, che da quella fu guasta ritorna nuovamente a dovere.

Se dunque da ciò concludo, che l'Ipocondria sia un male reale, non negherò per questo che non venga ingrandita dall' immaginazione: Si osserva piuttosto che il male a poco a poco diminuisce in proporzione, che il malato sa trarsene fuora. Ma giusto questo è proprio dell' Ipocondria; perlochè non si giudicherebbe rettamente, se tutto si attribuisse all' immaginazione. Io son piuttosto persuaso, che la forza dell' immaginazione sia insieme un effetto e un segno dell' Ipocondria: benchè possa col tempo la malattìa e la stravaganza ricevere nutrimento ed accrescimento l' una dall' altra.

Se la forza dell' immaginazione fosse corrotta per qualche malattìa reale, e non consistesse piuttosto tutta la malattìa nella immaginazione, non si stia a dire, come va che simili infermi pensano esattissimamente del rimanente. I Medici i più esperti ci hanno lasciato bastanti esempj nei loro scritti; anzi senza prima consultare esperienze lontane, noi stessi conosciamo un sufficiente numero di quelli, che quasi in una materia sola pensano stortamente, e accuratamente in tutto il resto. Perchè questo accada, non è niente necessaria una malattìa; prematuri giudizj, una passion dominante, l'armonìa, o la mancanza della medesima sono spesso bastanti a

confonder talmente la forza del nostro giudizio, riguardo ad alcuni oggetti, che noi vediamo quello, che nessun altro vede, o non vediamo quello che à tutti gli altri sta chiaramente innanzi degli occhi. Un uomo assai dotto dovette nel tempo delle sue letterarie fatiche ammassare da una parte dei libri per eludere le false idee di un pericoloso precipizio.

Questa pittura dei casi Ipocondriaci sarà sufficiente a chicchessia per giudicare sopra il suo male se sia da annoverarsi principalmente nella classe delle malattie Ipocondriache, e qualora ne sia convinto deve sopra a tutto osservare à quale specie d' Ipocondria appartenga il suo male.

Divisione delle Malattie Ipocondriache.

ORdinariamente si dividono in due sorte: una *senza materia*, l'altra *con la materia*. Quindi nascono due sorte di malattie Ipocondriache, la cui differenza sarà di nuovo chiaramente spiegata con una esatta descrizione dei loro accidenti.

Sono *senza materia* Ipocondriaci coloro, che o dalla natura o da cagioni nate posteriormente, hanno acquistato un' irritazione di nervi sì grande, che per minime ragioni si riducono in gravi disordini.

Gente di questa sorte stanno ordinariamente bene, hanno un aspetto buono, e sano, ed appena sentirebbero il loro male, se sapessero scansare le cagioni eccitanti. Ogni disturbo d'animo, particolarmente ogni disgusto, una profonda tristezza, una collera veemente, fino un' ingrato odore è capace di farli cadere in tremiti, palpitazion di cuore, convulsioni, e deliquj.

Se

Se questa irritazione è propria, principalmente dei soli nervi dello stomaco, e degl' intestini, basta allora una bevanda che a mille altri fa bene, ovvero un cibo innocente per espellere flatuosità, angustie, e strettezze di cuore, e tutti gli altri mentovati accidenti.

Passato che sia il disgusto, il mal umore, e la collera, o evacuati, che siano i cibi malsani resta tolta di mezzo ancora la malattia: Solamente rimane il pericolo di ricadere per ogni minima cagione nel male di prima. Sinchè dura l' accesso si dilata per verità nel volto un cattivo colore, che serve d' indizio, ma quando dopo alcune ore il malato si ristora ordinariamente, non vi è neppure dal color del viso da pronosticarsi cosa alcuna di male.

Ipocondriaci *con la materia* sono quelli i quali non solamente hanno i nervi eccessivamente irritabili, ma hanno sempre da soffrire qualche cosa per un' altra causa che esiste nel loro corpo. I segni ne sono un continuo avvilimento, ed un color di viso giallognolo, di modo che perfino il bianco degli occhi si converte comunemente in giallo. Vi sono poche ore soltanto, nelle quali questi Ipocondriaci sono liberi dal loro male.

Che ancor essi debbano avere nervi irritabili, è chiaro; perchè ve ne sono non pochi i quali patiscono d' iterizia, di convulsioni, di pietra nella vescica, d' ostruzioni nel basso ventre, di emorroidi, senza che per questo risentano ancora gli accidenti Ipocondriaci. Al contrario un piccolo intasamento nel mesenterio è bastante a produrre i più stupendi, e i più ingrati effetti in un sistema irritabile dei nervi.

La differenza apparisce manifestissima nel bel

Sesso. Talune, se mancano loro i mensuali ripurgamenti, sentono è vero dolori di capo, e di reni; ma quì finisce tutto; laddove al contrario altre il cui sistema nervoso ha maggior sensibilità, sono attaccate da battiti di cuore, da soffogamenti, da deliquj e qualche volta ancora da convulsioni.

Il male che affliggeva la macchina è in ambedue i casi lo stesso; nasce dunque tutta la differenza dalla sensibilità diversa dei nervi.

Delle cagioni dell' Ipocondria.

LE cagioni speculative, sulle quali secondo varj sistemi ed opinioni debbe esser fondata l' Ipocondria, non possono in alcun modo interessare il mio Lettore, nè sono istruttive. Se noi prendiamo per tali l' impedita traspirazione, o un irregolare influsso del sugo nerveo, oppure qualche cosa non bene intesa in natura, o qualche altro principio per fondamento, qual vantaggio quindi si trae? Impariamo per questo ad evitare il male, o a curarlo, presente che sia? Le sole cagioni rilevate colla pratica, alle quali non possiamo negare la dovuta attenzione per riguardi da aversi parte a noi medesimi, parte alla nostra posterità, sono un oggetto degno delle nostre considerazioni.

Noi possiamo assumere quattro diverse cause dalle quali nasce il male Ipocondriaco, si propaga, e si aumenta. Queste sono un' eredità infelice, una soverchia applicazione, un soverchio abbandono a Venere, e le veementi o continuate passioni di animo. Ma tutto sembra ridursi a questo, che da queste o altre simili cagioni s' indebolisce il sistema nervoso, a segno

di

di divenire ſtraordinariamente irritabile. Queſta debolezza de' nervi, queſta inſolita ſenſibilità può con molta raſſomiglianza conſiderarſi come cagione fondamentale di tutti i fenomeni Ipocondriaci. Dunque non è un' impedita traſpirazione, nè un' irregolare influſſo del ſugo nerveo? Io dico che no.

Biſogna diſtinguere la cauſa dal ſuo effetto, o quel che ſuona il medeſimo le cauſe proſſime reali dalle abituali e remote; è vero che a neſſuno reſta impedita tanto facilmente la traſpirazione quanto a un Ipocondriaco. Il freddo, o l' umido ai piedi, un venticello freſco dopo un moderato calore del Sole hanno per lui cattive conſeguenze. Fa il ſuo corſo un catarro, o una diſtillazione di capo, come ſubito non peggiorano le ſue circoſtanze per quanto elleno foſſero di prima ſoffribili? la materia che allora, eſſendo impedita la traſpirazione, rimane nel corpo, attacca i ſuoi irritabili nervi dello ſtomaco, e degli inteſtini: flatuoſità ed angoſce ne ſeguono immediatamente, il benefizio del corpo è diſordinato, l' urina paſſa con difficoltà, ed il male non cede prima ſino che non è eſpulſo dal corpo.

Ma quì ſi può ſempre ricercare in che conſiſta queſta diſpoſizione della macchina, nella quale sì facilmente reſta impedita la traſpirazione. Quella è indubitatamente la più probabile, per cui ſi contrae una ſenſibilità o una debolezza maggiore nel ſiſtema dei nervi, onde accade che la più piccola mutazione dell' aria agiſce sì fortemente ſopra il noſtro corpo. Quelli ancora che pongono la traſpirazione riaſſorbita per baſe degli accidenti ipocondriaci, danno pure ai loro malati medicine corroboranti, e cercano

così di levar la debolezza , e di rimettere nuovamente la traſpirazione nel ſuo debito ſtato.

Con un tale irritamento ſi può giuſtificare ancora l' opinione di quelli i quali aſcrivono l'Ipocondria a un irregolare influſſo del ſugo nerveo. Che nei noſtri nervi ſia contenuta una ſoſtanza fluida è probabiliſſimo ; ma ancora il ſuo influſſo non diventerebbe (o almeno sì facilmente) irregolare ſe i nervi non aveſſero già in sè medeſimi una maggiore irritabilità. Ora dunque , come abbiamo detto , può queſto eccitamento eſſer prodotto per le quattro ſuddette ragioni . Noi le ſvilupperemo con maggior accuratezza.

E' una triſta eredità quella dei figli procreati da genitori indeboliti per età , malattìa , ſtrapazzo , o incontinenza , che portano in origine ſeco il ſeme di queſto male , prima ancora che eſcano dal corpo della madre . Di rado può levarſi totalmente il male ereditato ; per altro un metodo regolare di vita , particolarmente in un' ambiente che dà forza al corpo , lo mitigherà , e lo modererà , quando al contrario una vita diſordinata , ſtrapazzo grande , ed in iſpecie in età immatura , e qualunque abuſo capace di avvilire le forze , deve ſempre neceſſariamente render peggiore la natural coſtituzione.

Frattanto ſi può eſſere ancora in età più matura attaccato da queſto male , benchè ſi foſſe più felice nella naſcita . Le ſopraddeſcritte ragioni baſtano per iſpiegar la maggior parte degli accidenti. La prima , ma non ſempre la più comune è una *ſoverchia applicazione delle facoltà mentali* , ſpecialmente ſe per neceſſità o volontariamente ſi ſagrificano le notti ſteſſe ai ſuoi lavori , e ſi fa una vita continuamente ſedentaria

ria ſenza fortificare il corpo con un moto regolato. Ognuno vede che da queſta ſorgente ſopra tutto deriva l'infermità Ipocondriaca degli uomini dotti. La ſeconda ragione è molto più comune, e conſiſte generalmente nella gran forza di molte *paſſioni*, particolarmente di quelle che metton l'animo per lungo e non interrotto tempo in una meſta ſituazione: una profonda triſtezza che ci accompagna da per tutto, un' improvviſo ſpavento che ſi converte in un continuato timore, un dolore durevole per una ſofferta perdita, che ſia irreparabile, una vergogna che ſi è impoſſeſſata di tutta la noſtra anima, una preferenza che ſia ſtata data ad un' altro con noſtro manifeſto pregiudizio, l'amor veemente di una ragazza ſenſibile, che non può rimaner contentata col matrimonio da lei sì ardentemente bramato, apportano comunemente al ſiſtema nervoſo un male che con ſomma difficoltà può eſſer tolto. Inquietato da ſimili paſſioni ſi riflette ſopra la ſua vicina o preſente diſgrazia, ſi cercano ſolitudini, ſi tenta di ſollevarſi con motivi di conſolazione; uno ſi attacca ſempre più all'oggerto di triſtezza, ſi dorme poco, e ſi va ſempre peggiorando ſino a tanto che i nervi dello ſtomaco e degl' inteſtini reſtino finalmente indeboliti, e prima che uno ſe ne accorga ſi uniſce ancora al male doloroſo uno più grande, qual' è l'Ipocondria.

Lo ſpoſſamento cagionato dal godimento dell' amore, o aſſai più ancora ſenza queſto, è la *terza cagione*, e un infelice ſorgente dalla quale non di rado deriva uno ſtraordinario indebilimento di nervi, e tutti i mali con eſſi conneſſi. Queſta sfortunata aſſuefazione converte i giovani in vecchj ſnervati, ed è tanto dannoſa al-

le ragazze, e donne giovani quanto ai maſchj : Ventoſità inſolite ad uno ſtomaco privo di forza ſono ordinariamente i primi inſulti forieri del male che ſi avvicina.

Da queſte tre cagioni deriva per lo più uno ſtraordinario irritamento di nervi. Chi non ſi libera da queſto riſolutamente, e con prudenza, ſe a ciò ſi uniſce un corrotto modo di vivere, ſe ſono i cibi, le bevande, il ſonno, e movimenti del corpo quaſi fatti a poſta, a motivo del lor diſordine, per iſnervare il corpo ancora più, allora ſempre più forti ſi fanno gl' inſulti Ipocondriaci, o Iſterici, ed i nervi acquiſtano un sì altro grado d' irritabilità, che, non altrimenti che un Barometro, ſi ſentono le minime variazioni che ſeguono nell' aria, in noi ſteſſi, o nel noſtro modo di vita; ogni mutazione di tempo, ogni imminente temporale è capace di ſcuotere il noſtro ſiſtema nervoſo; l' abbreviare il tempo per il nutrimento o per il ſonno, ovvero ometterlo affatto, l' aggravare anche di poco lo ſtomaco, o il godere quel che è contrario ai ſuoi troppo irritabili nervi, porta ſeco ſpeſſe volte giornate intiere faſtidioſiſſime, e moleſte.

Se dunque queſti inſulti vengono ſpeſſo replicati non è meraviglia, che s' indeboliſcano le parti ſolide, ed i fluidi ſi alterino. Indi naſce nello ſtomaco, la flemma, acidezza, vermi, oſtruzioni di fegato, e di meſenterio, diſordine nei meſtrui, fluſſo bianco, emorroidi, pietra nei reni, o nella veſcica, materia per la podagra, ed altre ſimili infermità.

Qualora ſi penſi, che i noſtri ſolidi vengono vivificati per mezzo dei nervi, chiaro apparità, che indeboliti queſti, devono anche quelli

per-

perdere la loro forza. Se la forza dei solidi una volta manca, non possono più agire su i fluidi come segue nello stato vigoroso, e sano. Da ciò nasce la degenerazione delle parti fluide, e da questa generazione varie malattìe. Ciò si applichi a tutti i visceri, e si scoprirà facilmente, che tutte le sorte di malattìe di cui qualunque parte del corpo è capace, posson nascere dal male dell' Ipocondrìa.

L' Ipocondrìa *con la materia* presuppone egualmente la medesima cagione fondamentale, cioè una straordinaria irritabilità di nervi, da cui anche questa avrà sempre avuto l' origine; ma ciò è comune tanto a questa quanto all' Ipocondrìa *senza materia*. Quel che propriamente la distingue sono le cause accidentali, la viscosità, e l' acidità nello stomaco, o negli intestini, ostruzioni nelle viscere del basso ventre, vermi, o materia dannosa, la quale dopo malattìe mal curate rimase nel corpo. A questa appartengono le febbri intermittenti malamente trattate, l' emorroidi trattenute, una diarrea troppo presto fermata, un irregolare ripurgamento, pietra nei reni, o nella vescica orinaria, un' acrimonia venerea, o artritica, che ancora circola per il sangue. Da tutte queste cause nasce l' Ipocondrìa *con la materia*.

Del Prognostico.

QUanto è difficile il togliere la malattìa Ipocondriaca, quando quasi dal seno della madre si è portata al mondo, altrettanto facilmente può vincersi quella, che si è contratta per una delle tre sopraddescritte cagioni, quando sul bel principio, ed avanti che il male

le ſiaſi troppo radicato ſi ricorre ad un eſperto, e diligente Medico.

Alcuni di queſti infermi, e principalmente ſe il male ſta nei vaſi oſtrutti del baſſo ventre, poſſono bene riſtabilirſi ancora in ſei ſettimane, altri hanno biſogno di altrettanti meſi; ed altri devono pazientare parecchi anni per il loro totale riſtabilimento.

Generalmente queſte affezioni nervoſe ſon più incomode che mortali: bambini e vecchj non ſono così facilmente attaccati dall' Ipocondrìa; ma ſe una volta ciò accade, diventa nei vecchj ordinariamente incurabile: qualche volta creſce a ſegno di diventare una pericoloſiſſima malattìa, ed ammazza in poche ore. Io aveva una Signora, la quale fu attaccata da dolori ſpaſmodici di gola, ed era quaſi ridotta agli eſtremi di ſua vita; L' applicazione delle coppe ſemplici fatte eſteriormente alla gola, l' hanno alla perfine felicemente liberata.

Continuando queſti accidenti nervoſi per più anni comprenderà chiccheſſia facilmente che il corpo deve reſtare indebolito: principalmente reſta aſſai male trattata quella parte, la quale durante gli attacchi, ha ſofferto il più. L' apopleſsìa, i vapori, la tiſe, ed altre malattìe di queſta natura ne ſono le triſte inevitabili conſeguenze.

A lungo andare non dura l' Ipocondrìa a eſſere *ſenza materia*; ordinariamente vi ſi uniſce quella *con la materia*; ed allora non ſi toglie che di rado, eccettuato il caſo che la natura ſi ajuti per mezzo del ſeceſſo, del vomito, dell' emorroidi, dei meſtrui o di altre evacuazioni. Una ragazza, che cadde in queſta infermità, perchè non fu accettata Monaca, patì

per

per quindici interi meſi i più ſtrani inſulti. Una ſola notte poſe termine al male. Con un forte vomito fu eſpulſa la materia dal corpo, e con eſſa la malattìa. Le febbri intermittenti, oppure altre malattìe hanno eziandìo liberato più d'un Ipocondriaco dalla ſua lunga infermità.

Dopo il corſo di certi anni ſegue qualche volta ancora nel ſiſtema nervoſo una ſalutare mutazione, ſenza che ſe ne poſſa aſſegnare altra cagione. Per lungo tempo ha tentato il Medico tutti i mezzi, ma indarno; ecco, che ſenza ſaper come, ſi trova l'infermo ſanato. Una nuova mutazione ha reſo alla natura la forza, e la ſanità.

Nelle donne gravide ſi preſenta un eſempio di ſimile mutazione. Una ragazza ſaniſſima, che ſi maritò, ſentì il giorno dopo dolori di denti, e di capo, debolezza, nauſea, affanno; i più eſperimentati rimedj non baſtarono a togliere queſto male, nè a procurarle un alleggerimento. Ma appena paſsò la metà della ſua gravidanza, ſvanirono queſti cattivi ſintomi ſenza medicamenti. Se non ſi cercherà la cagione di queſto in una precedente mutazione del ſiſtema nervoſo, ſaranno inutili tutte le ulteriori ricerche.

Io aveva degli infermi, i quali aveano una toſſe ſecca, un polſo celere con tutti i ſegni di una febbre di conſunzione. In un momento ſi mutò tutto. Ritornò ad un tratto la fame e l'appetito dopo cibi duri e di difficile digeſtione. Di giorno in giorno crebbe la vivacità e la forza, ed una perfetta guarigione levò ogni dubbio della febbre etica.

Segue ſpeſſo, che l'Ipocondrìa ſi naſconde ſot-

ſotto la maſchera di una etisìa; e ſiccome il barattare per iſcambio la maniera di medicare ſarebbe coſa dannoſiſſima, così non ſi può impiegare baſtante diligenza per diſtinguere l'una dall'altra malattia; ſubito che uno è ſtato una volta attaccato da malattìa di nervi, o ſente almeno una grande inclinazione alla medeſima, abbia un particolar riguardo di non procurarſi il gallicismo, ed ancora la ſemplice gonorrea. Per queſto ſecondo male diventa il primo infinitamente maggiore; e le conſeguenze, che porta ſeco, non potrebbero divenire ſe non ſe funeſtiſſime.

Se uomini fra trenta e quaranta anni, o donne fra quaranta e cinquanta vengono attaccati da queſto male, ſi richiede una grande attenzione del Medico: perchè all'ammalato ſarebbe aſſai ſvantaggioſo ſe ſi voleſſe curare una debolezza di nervi, quando prima conviene penſare alle emorroidi, o ai meſtrui.

Non tutti i mali, benchè accompagnati da accidenti ſimili, biſogna ſubito porre nel numero delle malattìe de' nervi. Se vi è del ſudiciume, ſubito che ſi fermano delle materie impure nel baſſo ventre, facilmente ſi proverà della nauſea, flatuoſità, affanno, ma ciò non è per queſto una malattìa nervoſa. Secondo le lettere che ho ricevuto dalla Saſſonia, ſi credette per lungo tempo, che il popolo di campagna di alcuni territorj patiſſe ancor eſſo gli accidenti nervoſi, quando queſto male gli è comunemente ignoto. Uno ſi maravigliò non poco in principio, ma la maraviglia ceſsò, quando ſi ſcuoprirono i vermi. Queſti infetti oſpiti furono ſcacciati, e l'Ipocondrìa reſtò curata.

Tutto quello che noi ſoffriamo, lo ſentiamo

coll'

coll' ajuto dei nervi. Se noi riduceſſimo tutti i mali, che ſono accompagnati da una doloroſa irritazione dei noſtri nervi alla claſſe generale delle malattìe nervoſe, non vi ſarebbe malattìa nel mondo, cui non conveniſſe queſto nome. Ma chi una volta ha ben compreſa la deſcrizione dei veri accidenti Ipocondriaci, come fu fatto di ſopra, s' ingannerà difficilmente nella cognizione del male.

Avanti che io cominci a parlare del metodo di guarire queſta oſtinata malattìa, conviene che io ricordi ai miei Lettori, che deſidererebbero inutilmente una compita direzione, che gli metteſſe in iſtato di medicarſi da sè medeſimi in tutti quei caſi che accompagnano queſto male. Molte volte è queſta malattià così confuſa, ed i ſuoi ſintomi così fra loro intrigati, che reſtano ingannati ancora i più cauti ed eſperti Medici; ſe non adoprano replicata attenzione e diligenza, e credono di vedere una tutt' altra malattìa che la attualmente preſente. Ma ſuppoſto ancora che ſi conoſca una volta eſſere il male una vera Ipocondrìa; è nota per queſto ancora la particolare coſtituzione, e temperamento di ciaſchedun corpo? Giovano tutti i medicamenti a tutti gli infermi in caſi ſimili? Si ſa egli immediatamente che ſimili accidenti, e ſimili ſenſazioni provengono dalle medeſime ſorgenti? Non vediamo noi ſpeſſe volte parecchie malattìe ſimili affatto, non oſtante che le loro origini ſian totalmente diverſe? Quanto facilmente in queſto s' ingannàno non ſolo gl' ineſperti, ma gl' intendenti ancora dell' arte! Ed un errore di queſta natura quante funeſte conſeguenze non può ſeco apportare! Vi ſono mille circoſtanze le quali richiedono lo ſpirito di

una

una delicata attenzione, e che senza una lunga esperienza, senza molte precedenti cognizioni non possono apprendersi da avviso in iscritto sopra una sorta di malattie. Ancora il Medico più abile deve ponderarle con tutta l'esattezza, avanti che si risolva all'ordinazione dei medicamenti.

Chi è sempre tormentato da affezioni nervose, tenga per regola di non consigliarsi ora con questo, ora con quel Medico; Come mai può uno compromettersi che il nuovo Medico penetri su due piedi tutto il caso, come lo penetrò il primo, il quale già da alcuni mesi si diede tutta la premura di studiare la natura del malato per conoscer la qualità della malattìa e adattare i medicamenti secondo le circostanze? Se il nuovo Medico vuol agir saviamente, deve egualmente cauto che il primo rintracciar le vie della natura e della malattìa, fare delle ricerche, ed osservare più, che operare. Se dunque segue che alcune circostanze peggiorano, o che l'infermo non sente subito un sollievo, egli si annojerà del secondo Medico, come del primo, e desidera ardentemente il terzo. Questo perpetuo cangiamento non permette ad alcuno dei Medici il necessario tempo, di dedurne un ben concertato giudizio dalle regolari ricerche, e nessuno perde più dell'ammalato. Quando una volta si può arguire dal contegno di un Medico, che egli abbia una esatta premura, ed amore bastante per il bene del suo infermo, non conviene deporre subito, per le ciance di qualche donnicciola, la fiducia, che a lui e alla propria scelta si deve.

Quello adunque, che a Medici, a quali nulla manca, in dottrina, riflessione, ed esperienza,

ſi rende non oſtante così difficile, come mai lo può apprender l' infermo in pochi fogli? Come acquiſtare in pochi fogli tanta abilità, da diſtinguere arditamente quello che il più eſperto Medico timidamente ſi avanza a giudicare? Uno non ſi opporrà al comune errore di riſolverſi in ſimili caſi ai medeſimi medicamenti, che ci hanno procurato un' altra volta del miglioramento; e queſto errore aumenterà un piccolo male, che ſi pensò di togliere, fino all' eſtremo pericolo di vita. Peggioramenti di queſta ſorta non ſon sì rari, come ſi crede. Si è una volta trovato, che i dolori nel baſſo ventre, le flatuoſità, le vampe al capo ſono ſtate tolte felicemente per mezzo delle gocciole dell' Hoffmanno coll' eſſenza del Caſtoro; e ſi crede di aver un rimedio ſicuro per levare il male, ſubito che ſi preſentano ſimili ſintomi; Ma non ſi penſa che forſe una piccola infiammazione degl' inteſtini produce la medeſima ſenſazione; ſi ricorre pieni di ſperanza alle gocciole ſalutari, ſi accreſce l' infiammazione, ed uno volontariamente ſi precipita in una pericoloſiſſima malattìa. Chi potrà luſingarſi di dare in poche pagine al ſuo Lettore tanta capacità e cognizione, che egli in caſi confuſi ſappia dovutamente diſtinguere, e ſcegliere giuſtamente i convenienti rimedj?

Qual utile, dirà il mio Lettore, ho io dunque da aſpettare da queſti fogli? Se un malato impara a conoſcere il ſuo male nei caſi ſubitanei, ſa i mezzi che gli ſono giovevoli, ſenza che gli poſſano mai nuocere, conoſce, ſe il ſuo Medico adopera la debita premura, impara un metodo di vita per mezzo di cui il ſuo male può in principio diventare più mite, e finalmen-

mente toglierſi affatto; credo che in queſta guiſa abbia egli baſtante vantaggio.

Del modo di guarir l' Ipocondria ſenza materia.

IL fondamento di qualunque metodo per ſanare le malattie Ipocondriache non ad altro tende che a cercar di togliere l'irritabilità dei nervi, ſia ereditato, o ſia prodotto da cauſe accidentali: ciò peraltro non baſta: biſogna inſieme levar via ancora le cauſe, per mezzo delle quali i nervi vengono irritati, ed hanno prodotto tutti i fino ad ora deſcritti accidenti.

A queſto oggetto ſi porgono rimedj corroboranti, per cui divengono i nervi quaſi fortificati, da non metterſi così facilmente in diſordine per ogni minima cagione.

Queſto metodo di ſanare è principalmente per quelli Ipocondriaci, o Iſterici, il di cui male è *ſenza materia*: perchè ſiccome tutta la lor malattia ſi eſtende ad una debolezza del ſiſtema nervoſo per tutto il corpo, o ſolamente in un viſcere, come lo ſtomaco, gl' inteſtini, l' utero ec. ſi può con ragione aver fiducia nei medicamenti che rendono la potenza, e la forza ai nervi indeboliti. Non oſtante non ſi devono traſcurare alcuni piccoli preparativi.

Ai ſanguigni ſi cava ſubito ſangue in principio della cura; perchè ſi ſa per una parte dall' eſperienza che allora i rimedj corroboranti hanno maggior attività, dall' altra perchè nei ſanguigni ſenza la precedente cavata di ſangue, ſi corre riſchio di ſpingere il ſangue, che viene eccitato dai medicamenti corroboranti in qualche altra parte nobile del corpo, dal che naſce-

ſcerebbero infiammazioni e altri mali. Con tutto ciò ſarebbe deſiderabile, che non ſi daſſe sì ſpeſſo la colpa alla pienezza del ſangue, allora quando non vi ha parte veruna. Molti ſono ſtati rovinati per le replicate cavate di ſangue in malattìe de' nervi lunghiſſime ed oſtinate.

Trovandoſi in qualche luogo, o nello ſtomaco o negli inteſtini delle materie impure, ſi purgano prima, ovvero ſi mandano fuori con un vomitatorio; acciocchè la materia rinchiuſa inaccortamente dalle medicine corroboranti, che ne devono ſuccedere non produca cattive conſeguenze.

Ma ſopra tutto vien conſigliato un eſatto regolamento di vita, da cui certamente per lo più dipende, che la natura ajutata dalle medicine convenienti ſia ſuperiore al male, o no. E ſiccome il contegno del malato in ciò è di ſomma importanza, e la coſa ſteſſa intelligibile dal lettore ancora non Medico, mi ſon propoſto di trattare più accuratamente di queſto metodo di vita.

In queſto ſi comprendono le più importanti preparazioni, che devono immediatamente precedere la cura, ovvero accompagnare la medeſima ſino alla fine. Quando queſte ſono eſattamente oſſervate, allora ſeguono le medicine ſteſſe, alle quali il male deve cedere finalmente.

Tra i medicamenti corroboranti ſi contano la China-China, la limatura di Ferro e gli amaricanti: a queſti ultimi appartengono preferibilmente la Genziana, la Centaurea, il Calamo aromatico, e la radice di Enola Campana ec.; ſi prendono quando in polvere, in pillole, in elettuarj, quando in tintura, vino, gocciole, o miſtura.

Avvicinandosi l'Estate devono i malati ber l'acqua di Spaa (*a*), o quella di Pyrmont (*b*); non giovando queste si ricorre alla Gomma odorata, all'Ammoniaco, al Galbano, all'Alsa fetida, si provano le foglie d'Arancio, la Valeriana ec.

Quando l'infermo ha superato tutte queste torture del genere corroborante, allora si dice, che cavalchi, usi dei bagni freddi, muti l'aria, visiti i bagni minerali, intraprenda un viaggio a Spaa o a Catlsbad (*c*). Ma se questi mezzi son troppo dispendiosi al malato, o se l'occupazioni non gli permettono di farne uso? Ebbene, allora il malato resta dichiarato avanti tutto il mondo per Ipocondriaco; e conviene che si contenti di accettare questa dichiarazione in vece della guarigione.

E' bastantemente noto, che non troppi sono gl'Ipocondriaci che hanno da consolarsi d'un perfetto ristabilimento: Ancor che siano felici a questo segno, pure ci vuole ordinariamente tanto tempo, che si ha giusti motivi di dubitare, se la loro guarigione si debba attribuire all'efficaci operazioni della benigna natura, piuttosto che ai medicamenti apprestati per il ristabilimento. Se il male si è una volta sfogato; e se l'efficace natura ha prodotto un felice fermento, allora certamente non tarda a venire un perfetto ristabilimento: l'ultimo rimedio che spesso fu adoprato a caso, o per una specie di disperazione, perchè lo consigliò qualche don-

(a) *Nel Vescovado di Liegi.*
(b) *Contea nella VVestfalia.*
(c) *Bagno in Boemia.*

donnicciola come un famoſo rimedio domeſtico; ottiene allora tutto il merito dall' infermo, benchè indubitatamente ſarebbe guarito ancora ſenza di quello. Se l'ultimo fermento fu, come ſuol accadere accompagnato da accidenti, che ancora ſembravano pericoloſi, allora neſſuno dubita più, che la mirabile medicina abbia tutto tolto in un colpo il pericolo e il male. Si dice, che appena il malato preſe queſto medicamento megliorò viſibilmente, ſino a tanto che il male non iſvanì totalmente. Così, medicine inconcludenti ſi portano in trionfo, come ſegreti medicinali; ſi provano in altri, e non operano: ſi torna a riſervirſene ma invano; nonoſtante non per anche perdono il credito; perchè non ſi penſa che tutta la prima cura non aveva alcuna o forſe una ben piccola parte al riſtabilimento che era piuttoſto da aſcriverſi allo ſtato in cui ſi trovò la natura, ed il male, piuttoſto che alla ſua propria virtù.

Io voglio paleſare il mio ſentimento ſopra i metodi di curare i più preferibili nelle malattie Ipocondriache. Se il mio lettore non ottiene quel che brama, cioè d'eſſere in queſto perfettamente iſtruito, lo poſſo avvertire almeno da molti abuſi. In neſſuna malattia, quanto in queſta ſi ſuol tanto obbligar l'ammalato a tante ſorte di medicine, inculcargliele, e accompagnargliele con iſtoriette. Il malato ſi laſcia finalmente convincere, perchè s' annoja di una sì lunga indiſpoſizione.

Bene ſpeſſo è cagione egli medeſimo, che il ſuo male non ſi laſci domare. Qual malato ha finalmente la pazienza di continuare regolarmente le medicine per alcuni anni, ancora in quei giorni, nei quali ſi ſente inquanto al re-

ſto beniſſimo? E riſolvendoſi ancora ai medicamenti, ſi ottiene con altrettanta facilità da lui, che egli ſi attenga per un buon tratto di tempo alla preſcrizione di un metodo di vita conveniente.

Peraltro non vi ha dubbio, che la colpa ſpeſſe volte non cada ſulle medicine preſe. Se uno ſi fonda ſopra alcuni eſempj ed eſperienze, ſenza ponderare accuratamente, ſe il medicamento conviene anche a queſto malato, in quella doſe, in quella ſtagione, e con quelle circoſtanze; allora potrà ben nuocere, piuttoſto che giovare. Così, deve, per eſempio, colui che durante la cura ſi è acquiſtato un'indigeſtione, aſtenerſi dall'uſo dei medicamenti corroboranti, ed avanti che lo riaſſuma, deve far ſortir dal corpo la materia ſe non vuole rinſerrarla, e cambiare il ſalutevole medicamento in veleno.

In quanto alle medicine ſteſſe, nè gli amaricanti, nè la China-China, nè la limatura di Ferro ſon da prenderſi a capriccio. Ogni rimedio deve eſſer corriſpondente alle circoſtanze. A quelli che hanno un polſo frequente convien più la China-China, della limatura di Ferro, e degli amaricanti. Perchè gli ultimi rinforzerebbero la febbre, che potrebbe facilmente diventare ardente, o a cauſa dei piccoli vaſi oſtrutti degenerare in una febbre di cattivo carattere, e tirar ſeco altri mali.

La figura la più comune, in cui vien preſa la China-China è veramente la polvere o pura o meſcolata col ſiroppo in giuſa d'un elettuario; ma la maggiore parte ſentono dopo una gravezza nello ſtomaco, che ſpeſſo ſi converte in nauſea. Perciò è meglio di far pillole dell'

estratto della medesima, o di gettare acqua fredda sulla China-China pestata, ed allora prender le pillole o l'infusione. Quei che sono magri e liberi da ostruzioni del basso ventre, possono mescolare la suddetta infusione col latte, da cui restano insieme nutriti.

Ai corpi flemmatici, il color di viso dei quali è pallido, e la carne gonfia, fa buon' effetto la limatura di ferro. Si potrà prendere com la China-China in polvere o in elettuario. Me siccome ordinariamente si lagnano ancora qua di affanno, e gravezza nello stomaco sarà più adattato di prendere o l'estratto della limatura in pillole, o la tintura della medesima.

Il vino medicato con limatura di ferro, China-China, scorze d'arancj, produce ordinariamente un ottimo effetto. Si tengono queste medicine in fusione per ventiquattr'ore nel vino, questo si cola, e si prende a cucchiajate. Chi non ha il polso febbricitante, di modo che tutto il suo male consista la maggior parte in una debolezza di stomaco e d'intestini, proverà gran vantaggio nel prender le pillole di estratto di China-China coll'estratto di Genziana, fiori di Camomilla, Calamo aromatico, o radice d'Enola Campana ec.

Ho sviluppate queste poche idee apposta, perchè servissero qualche volta di guida al mio Lettore. Almeno egli diventerà bastantemente cauto, per non tentare subito un rimedio consigliatoli da un'ignorante, che gli potesse far danno. Lo stesso che ha sanato il mio amico, forse potrà ammazzar me, o accrescere il mio male: *Egli l'ha adoperato: giovò:* non è argomento giusto: *dunque gioverà anche a me*. Del resto mi sono astenuto da altre annotazioni pra-

tiche, che sembrano quì appartenere: perchè al mio Lettore niente gioverebbero, ed ai Medici per li quali non son destinati questi fogli, sono cognite senza di me. Limiterò perciò la mia ulteriore istruzione piuttosto a quei modi di curare, che spesso intraprendon gl' infermi, senza chiamare un Medico, o per uso almeno di quelli i quali non possono consultare sempre il loro Medico. Di questa sorta sono le bagnature, l' acque acidule, il moto, particolarmente a cavallo. Sopra ciascheduna delle due prime sorte mi spiegherò adesso più diffusamente, riserbandomi viceversa di trattare dell' ultima alla conclusione, e stabilimento d' un metodo conveniente di vita.

Tanto i bagni freddi, quanto i caldi sono da adoperarsi in una maniera particolare. Che l' acqua fredda fortifichi è fuor di dubbio. In una debolezza universale di corpo, può, come io credo, sicuramente esser adoperata con gran profitto. Gli antichi se ne servivano spessissimo, e se ne trovavano bene. Ma l' attenzione è tanto più necessaria, quanto più sicuramente il bagno freddo farebbe danno in alcune circostanze; Ed a i magri o sanguigni, particolarmente se avessero ostruzioni in qualche viscere, è il bagno freddo dannosissimo; almeno che non si possa esser sicuro, che non vi sia un' acrimonia dei sughi, o un' ostruzione nei minimi vasi. In tutti due i casi, correrebbe rischio l' infermo o di spinger l' acrimonia in un viscere più nobile, o di render maggiore l' ostruzioue per un più grande afflusso di sangue, fino all' infiammazione. Se per queste ragioni dubitassimo, se il bagno freddo possa esserci giovevole, potrebbe consigliarsi la saggia precauzione di lavare il

cor-

corpo coll' acqua fredda. Dopo una tal prova almeno non tanto nociva si potrebbe allora concludere dell' effetto del bagno freddo.

Corpi pingui che non sono sanguigni o che non soffrono ostruzioni in alcun viscere, non hanno a temere cattive conseguenze del bagno freddo, ed al contrario possono contare sicuramente sopra un generale acquisto di forze nei nervi. Se ai magri e sanguini non fosse permesso che due o al più tre volte la settimana il bagnarsi, essi possono farlo senza scrupolo, perfino giornalmente, ma ognuno comprenderà facilmente, che ciò si deve adoperare senza esser riscaldati, e solo nella stagione calda.

Quelli, che non hanno da sperare alcun vantaggio dal bagno freddo, ricorrino al bagno caldo, o all' acque acidule o minerali. Si opererebbe sregolatamente, se uno si volesse appigliare a tutti questi rimedj quasi a un tratto e nel medesimo tempo. Il Medico più abile ancora non può anticipatamente nulla enunciar di sicuro della bontà ed attività del suo medicamento. Egli conclude dalle circostanze della maggior probabilità, ed osserva con molta prudenza tutti i sintomi durante l' uso d' un medicamento, per sospenderlo in tempo, subito che si accorgesse, che l' effetto che si sperava in principio non sia più da aspettarsi.

Siccome i nervi diventano gagliardi per mezzo dell' acqua fredda, così sono indeboliti dalla calda. Per questo i malati Ipocondriaci non hanno da compromettersi vantaggj dai bagni caldi. Ma quando son minerali, e contengono ordinariamente del solfo, ed altre simili materie, essi fortificano mediante le particelle che seco portano, ovvero separano quel che si tro-

va fisso nei minimi vasi in qualche parte del corpo. Sarebbe ora desiderabile che si unisse alla bagnatura un metodo di vita migliore di quello, che si suole ordinariamente seguire in occasione di bagni, acciò da uno non sia guastato quel che si procura dall' altro. Si prende maggior quantità di cibi, si bevono vini più gagliardi, uno si espone la sera all' aria più fresca. La conseguenza di uno stomaco aggravato, che comunemente s' indebolisce nei bagni caldi, è l' indigestione, dalla quale proviene l' alterazione degli umori; mentre l' aria fresca della sera leva ai corpi valetudinarj la traspirazione, e dà materia a malattie peggiori di quelle che si cerca di guarire per mezzo della bagnatura.

Merita tuttavìa che si esamini, cosa si abbia a giudicare dei bagni di Carlsbad, di Schvvalbach, e di Spaa; sì perchè quelli, ai quali questo metodo di cura è troppo dispendioso, non disperino della lor guarigione, sì perchè coloro ai quali vengono consigliati questi tali luoghi, non si fidino troppo sull' efficacia delle loro acque, e non rigettino da sè con disprezzo le rimanenti medicine, che poteano avere a casa loro per un tenue prezzo.

Negli accidenti nervosi *senza materia* non vi sarà alcuno che pensi ai bagni di Carlsbad; e per dir qualcosa dell' acqua acidula, sono di opinione, che i più piccoli vantaggj sono certamente da aspettarsi dall' attività loro propria, ma i più grandi dalle cause concomitanti, connesse coll' uso delle medesime. Uno se ne potrà convincere se si esaminino le proprietà di quelle acque.

Perchè o si consideta l' acqua stessa, o la fred-

fredda temperie della medesima, la quale certamente ha una virtù corroborante, o i pochi grani di sal neutro, e di ferro che si scuoprono in ogni fiasco, o finalmente un certo spirito minerale, che in sostanza non è altro, che un' aria fissa impregnata di una sottile acidità.

Se quest' ultimo possa agire con tanta efficacia quanta comunemente s' attribuisce a quest' acque salutari; io non istarò a deciderlo; ma so bene, che ammalati che patiscono di flatuosità provenienti da stomaco debole, di acidità da ciò proveniente, e di vertigini, spesse volte si trovan male dell' uso di tali acque. Del resto la virtù salutare che sperar si può dall' acqua stessa o dalla loro fredda temperie, non si potrà certamente negare alle nostre acque comuni. La maggior differenza sembra doversi attribuire al ferro, ed al sal medio; ma questo ancora a torto; perchè il medesimo sale si può sciogliere nell' acqua nostrale, e mescolarvi altrettanti grani di ferro risoluto, cosicchè per questa parte non solo nulla perdiamo, ma anzi possiamo guadagnare se stimassimo necessario di aumentare la dose del sal neutro.

Facendo l' esame dei fiaschi, sebbene si trovi l' acqua spesse volte debole, e senza forza, pure a cagione del prezzo sì alto non dovrebbe apportare qualche piccolo vantaggio? Frattanto io non sono di sentimento d' impugnare i buoni effetti che molti hanno trovato nell' uso dell' acqua acidula, solo sono portato ad attribuir la massima parte di ciò alle cause concomitanti.

Se il malato viaggia per Spaa, o per Carlsbad, non potrebbe già la dissipazione dell' idee, il moto della carrozza, la diversità degli ogti, la mutazione dell' aria, il piacere di diver-

ſe vedute, l'allontanamento dai gravi affari contribuire al riſtabilimento, e rinvigorimento dei nervi? Nel luogo del bagno ſteſſo quanto mai varian le circoſtanze, l'aria, il nutrimento, l'occupazione! Si ſorte più preſto da letto, ſi reſpira l'aria purgata della mattina, uno ſi fortifica coll'acqua fredda, ſi fa più moto, e più regolato, ſi trova una nuova grata compagnìa, ſi è libero dal lavoro, dalle cure, dai diſguſti, ſi oſſerva, volendo veramente guarire, un metodo di vita più ordinato, e ſi gode con un cuore più libero tutti i divertimenti, che gli abitanti di queſti luoghi dei bagni volentieri procurano ai loro oſpiti. Da tutte queſte circoſtanze in compleſſo non ſi dovrebbe attendere maggior virtù che da alcuni grani di ſal medio, o dall'aria fiſſa impregnata d'acido minerale?

Forſe potrebbe uno da alcuni bicchieri d'acqua freſca, o quando biſognaſſe d'acqua fatta venire di Spaa comprometterſi in caſa, ed ancora più ſicuramente in qualunque altra più grazioſa ſituazione i medeſimi vantaggi che a Spaa ſteſſo. Sarebbe peraltro neceſſario di vivere quì come a Spaa. Il moto, la mutazione dell'aria, le amene vedute, una vita metodica, la diſſipazione, i divertimenti ſenza cure non ſon ſolamente reperibili a Spaa: appena alzati pigliare immediatamente il caffè con croſtini di difficile digeſtione, paſſare il giorno tra le liti e gli affanni, lavorare e ſedere intterrottamente, e nondimeno aggravar lo ſtomaco, conſumar la bella ſerata al tavolino del gioco, ſtar ſonnacchioſo tra i medeſimi oggetti ed idee ſenza vivacità, ſenza diſtrazione, ſenza varietà, e voler con tutto queſto pretendere da un'acqua mi-

minerale effetto egualmente grande, come se si avesse bevuto dalla fonte stessa, è certamente un aspettarlo invano.

I Medici prudenti prevedono spesso l'impossibilità di procurare nella propria abitazione tutti questi vantaggi: impossibilità che dipende spesso da circostanze difficilmente mutabili, e più spesso ancora dall'inazione, o dal capriccio dei loro ammalati, che a meno che non sian costretti, non vogliono abbandonare la loro già da lungo tempo solita maniera di vivere, e le medesime loro ordinarie maniere. Perlochè si trovano i Medici spesse volte nella necessità di far viaggiare i loro ammalati per Spaa, acciocchè i medesimi sieno obbligati di cercare altrove quello che nelle loro case era loro di contraggenio. In sostanza egli è lo stesso che il malato abbia da attribuire il suo ristabilimento all'acqua o alle cause concomitanti, o a ambedue nel tempo stesso.

Ma se poscia il male resta ostinato dopo tutti gli usati rimedj? L'unico consiglio che allora vi rimane è quello di continuare un prudente metodo di vita, d'impedir solo i casi gravi, e di rilasciar tutto il rimanente alla benigna natura. La peggior proprietà dell'Ipocondrìa è quella di deludere spesse volte ogni arte dei Medici, e tutta la deferenza degl'infermi. La via alla salute è propriamente perduta; non rincrebbe all'infermo di seguir per un corso di anni la prescrizione dei Medici abili; ma invano; Il male resta null'ostante fisso e indomabile, senza che ne abbia colpa il Medico e l'amalato; poichè noi arriviamo nel corso di nostra vita a certi anni, che seco portano delle mutazioni nella macchina e principalmente

nei

nei nervi. I mali che quindi risultano non cedono ad alcuno dei rimedj cogniti, ed il voler tentarne degl'incogniti, non sarebbe altro che andare incontro al pericolo certissimo di render l'affare infinitamente più grave. Se il male si è una volta sfogato, se la natura nel suo lavoro non è stata disturbata dalle medicine contrarie; allora insensibilmente svanisce o presto o tardi, e ci lascia all'oscuro dei mezzi, per li quali propriamente è stato tolto. In questi casi io ho spesso guadagnato più coll'inazione, e coll'abbandonare i malati alle forze della natura, che se gli avessi caricati dei più efficaci rimedj.

Benchè vi siano molti che pensino potersi fare in simili circostanze un tentativo coll'oppio, acciò i nervi troppo irritabili diventassero ottusi, e meno sensibili; questo rimedio per altro non è applicabile che colla maggior riserva; perchè se non giova può far certamente grandissimo danno. Un uso assai moderato di canfora o di muschio potrà in questi casi produrre un buon effetto; solamente non conviene il ricorrere a tali medicamenti in qualunque attacco nervoso, per quanto piccolo ei sia; poichè un immoderato uso dei medesimi farebbe più danno assai di quel che non giova l'uso moderato.

Dissi già di sopra, che le più considerabili mutazioni sogliono avvenire nelle nostre macchine negli uomini fra i trenta, e i quarant' anni, e nelle donne fra i quaranta e i cinquanta. Se allora dall'abbondante scolorita orina, o dagli stiramenti nel collo, o nel basso ventre, e da altri segni Ipocondriaci si volesse subito giudicare d'una debolezza, ed irritazione grande

dei

dei nervi, e trattar gli ammalati col metodo ſopra detto, ſi sbaglierebbe la malattìa, ed il male diventerebbe lungo, oſtinato, e forſe ancora incurabile.

L'origine di queſto male negli anni indicati ſono ordinariamente l'emorroidi, o le purghe meſtrue; la prima è più comune preſſo di noi dell'Auſtria, di quello che ſi crede. Mi duole ancora di un uomo venerando, mio amico, il quale contraſta tuttavìa con un male cronico, ſopravvenutoli in queſto caſo dal modo di curarlo a roveſcio. Come ſi poſſa conoſcere queſta ſorgente, e togliere il male che quindi ne naſce, avrò forſe opportunità di dirlo un'altra volta.

Del metodo di curar l'Ipocondria con materia.

L'Ipocondrìa *con materia* non può eſſer guarita in una maniera ſola; perchè ſiccome la materia, o la cauſa è diverſa, così diverſo ancora deve eſſere il metodo di curarla.

Trovandoſi oſtruzioni nel fegato, nella milza, o nel meſenterio, che cagionano inſulti ſpaſmodici, la mira principale tende neceſſariamente a queſte cagioni. A tale effetto giovano le pillole di ſapone con gomma odorifera meſcolate con Reobarbaro. Ma la loro operazione è lenta, e però non biſogna ſtraccarſi ad adoperarle per un tempo più lungo. Quelli i quali non poteſſero ſopportare queſte pillole, prender poſſono in quella vece il Polycreſta di Glaſer, o il ſale di Seignette detto ſale di Rochelle o quello di Carlsbad; fregagioni miti del baſſo ventre a ſtomaco vuoto, con un regolato metodo

todo di vita ſono un rimedio facile e col tempo giovevole.

Fino adeſſo furono conſigliati ai malati i bagni di Carlsbad, purchè aveſſero ſufficiente diſpoſizione ed entrata per intraprendere queſta prezioſa cura. Io non voglio diſſuadere queſto modo di curare: piuttoſto ſi potrà quì applicare al bagno di Carlsbad, il medeſimo che poco fa ho accennato dei bagni di Spaa: Le cauſe concomitanti promettono un effetto molto buono; ed uniſcono la loro forza per aumentare l' attività del ſal neutro. Ma ſiccome di cento neppur uno può intraprendere il viaggio a Carlsbad, converrà ſervirſi a caſa propria di queſto rimedio, quanto meglio ſia poſſibile. A queſt' oggetto ſi potrà prender giornalmente una doſe del ſale di Carlsbad ſoluto nell' acqua freſca, ed oſservare eſattamente il riguardo quanto è poſſibile, col moto e colla piacevole diſſipazione, avuto riguardo alle cauſe concomitanti.

Se ſi voleſse far operare queſti ſali neutri con ancora maggior vigore, ſi potrebbero ſciogliere in una bevanda di Cicoria, e radice di Taraſsaco. Ancora il ſugo dell' erbe diſsolventi ſpremuto, ſe non moltiplica le flatuoſità, fa un buon effetto. Quelli che hanno maggior fiducia, quando i rimedj coſtano di vantaggio; poſsono prevalerſi in queſto caſo dell' acqua di Seltz, che ha ella pure la forza diſsolvente.

In generale merita di eſser raccomandata l' avvertenza di principiare l' uſo di tutti queſti rimedj ſolo in piccola doſe; da ciò ſi rileverà ſe conferiſcono, e ſe ſi debbano continuare, aumentarne la doſe, ovvero rigettarli affatto. I ſanguini, il polſo dei quali va celere, particolarmente ſe ſono ſpeſso ſorpreſi da un calore, devo-

vono astenersi dalle mentovate pillole, potendo da queste accendersi una febbre. L'uso dei sali neutri sarà per loro più giovevole e sicuro; si possono mescolar con siroppo, e particolarmente con quello di Sambuco, e nella primavera poi bere il siero. La ragione è chiara, perchè si vogliono mutare i sughi acrimoniosi, o togliere l'ostruzione dei piccoli vasi per mezzo di medicine attenuanti, e risolventi. Sarebbe questo ancora il caso, in cui potrebbe servirsi con buon effetto dei medicamenti ammollienti internamente, o de' bagni esteriori, come quello del Danubio.

Ma il voler trattare tutti i malati di nervi con questo metodo solo, sarebbe un esporre molti infermi a mali ancora più grandi e irrimediabili. Si faccia la prova in una donna che patisca d'irritabilità di nervi, le si dia del siero, e si faccia bagnare nell'acqua tiepida, e ben presto si manifesteranno debolezze, e deliquj. Perchè le fa danno tutto quello, che ammollisce le parti solide del corpo: Il cuojo il più forte viene ammorbidito dall'acqua calda, quanto maggior esser ne deve l'effetto sul nostro corpo! L'abuso dunque del bagno caldo del Danubio, particolarmente l'estate non può esser se non se svantaggioso a tali persone.

A tutti questi resolventi si deve aggiungere qualche volta una medicina purgante, ma solo di un genere assai mite, acciocchè un troppo forte stimolo non cagioni un grave disordine. Attaccare in un tratto con impegno le ostruzioni ormai per molti anni invecchiate, non è da consigliarsi; quindi non di rado si eccitano malatìe che riducono alla morte. In simili casi bisogna che l'ammalato si contenti di una cura leni-

lenitiva. Ma essendo riuscito alla provida natura, ed ai medicamenti, che la favoriscono di levare totalmente le ostruzioni, allora devon esser fortificati i vasi nella stessa guisa, che già è stata descritta nell' Ipocondria *senza materia*.

L' ostruzioni non son l' unica causa dell' Ipocondria con materia, spesse volte proviene da un' acrimonia artritica, scorbutica, o venerea, cke circola nel sangue; spesse volte deriva da vermi, da pietra, da renella nei reni, molte volte dall'emorroidi, o dai mensuali ripurgamenti. Qualunque sia di questi mali, deve esser tolto avanti, che uno si serva di medicine corroboranti per rimettere i nervi in tono. Se volessi minutamente quì descrivere le maniere per levar tutti questi mali, ne deriverebbero altrettanti trattati; ogni malattìa nella sua specie è quasi nuova, ed io mi contento di aver dato solamente al mio Lettore tanto lume, ch' egli possa vedere quanta fiducia sia da porre nelle medicine universali, alle quali i malati Ipocondriaci si abbandonano ordinariamente alla fine, quando sono una volta dal loro lungo male annojati. Qual medicamento è capace di opporsi nel tempo medesimo a tutte le sì varie, e spesse volte tra di loro contrarie cagioni dell' Ipocondria? Certamente rincresce che non si abbia guadagnato altro dopo tanti per lungo tempo adoperati rimedj, che di esser formalmente dichiarato per Ipocondriaco, e che il male, che sì vivamente ci affligge, venga per la maggior parte attribuito a un' immaginazione stravolta, ma il ricorrere per questo ai medicamenti universali, sarebbe lo stesso che andare incontro ad un male ancora più certo, e ad un pericolo sicurissimo, e di non dar fine che col-

la

la morte alla ſua vita infermiccia. Io ſon ſolito di riguardare queſti medicamenti univerſali come un cenſo che ſi vorrebbe imporre ad ogni malato. A chi rieſce di ricuperar con queſti la ſua ſalute, me ne congratulo di cuore, ancor più che con quello, il quale ha medicato la ſua malattia economica per il gioco del lotto; quello riſchiara più di queſto, e potrebbe eſſer contento ſe il ſuo grado di probabilità, non foſſe ſtato tanto più inferiore. Io ebbi ſotto la mia cura un uomo il quale a caro prezzo vendeva le ſue gocciole per qualſiſia caſo; ma era troppo cauto per ſervirſene per sè medeſimo, riprova di quanto egli ſtimaſſe il ſuo rimedio univerſale.

Fino adeſſo ho accennato la maniera ordinaria di curare le malattìe nervoſe. Ma vi ſono ancora dei caſi preſſanti, ed aſsai pericoloſi, nei quali ſi brama ſollievo ed ajuto nel momento. *Le vampe, gli ſvenimenti, le convulſioni* richiedono pronti rimedj. Prima ſi veda, ſe gli ammalati ſono ſanguigni: in queſto caſo prima di tutto biſogna cavar ſangue. Io conſiglio queſto ſenza per altro approvare l'abuſo, per cui molti malati ad ogni piccolo attacco particolarmente di vertigini ſi fanno ſubito aprir la vena. Per tali intempeſtivi ſalaſſi ſi rende il male indubitatamente peggiore, e più oſtinato. Sarebbe da bramarſi generalmente, che ſi poneſſe una volta riparo a queſto abuſo; la pienezza del ſangue veramente ceſſa, ma le parti ſolide s'indeboliſcono, e danno occaſione ad una nuova ripienezza; ſarebbe molto più eſpediente, che uno ſi atteneſſe ad un ben regolato metodo di vita, e ſi preveniſſe la pienezza del ſangue con un moderato eſercizio, e col moto.

Seguita che ſia la cavata di ſangue, in caſo che foſſe neceſſaria, ſi proccura al malato nel tempo ſteſſo un' aria libera e pura, dopo ſi ſoccorre con altri mezzi, ſe non poteſſero eſſere applicati ſubito in principio: medicamenti odoriferi, come aſſa fetida, caſtoro, ſpirito di corno di cervo, canfora, tenuti al naſo, come ancora alcune gocciole di ſpirito di corno di cervo meſcolato coll' ambra, e preſo in una cucchiajata d' acqua preſtano buoni ſervigj. Un lavativo di decotto di camomilla, meſcolandoci dentro un poco d' aſſa fetida, o caſtoro fa un eccellente effetto. Altri bruciano della noce moſcata, ſtracci, penne ec. e fanno ſalire il fumo per le narici.

Ma molti non poſſono nè punto, nè poco ſoffrir l' odore di queſta roba, il loro capo ne patiſce troppo, ed il male s' inaſpriſce. In queſto caſo farà miglior ſervigio l' aceto forte, o l' acqua freſca, ſpruzzandola nel viſo. Il chiamar l' ammalato produce qualche volta alcune mutazioni nei ſuoi nervi. In diverſe circoſtanze ſi è obbligati ancora di app'icare ſulla nucca cerotti veſſicatorj, acciocchè per un dolore nuovamente eccitato, che è baſtantemente forte, venga quietata la convulſione in un altro luogo più pericoloſo. Generalmente ho trovato che l' odor d' aceto, l' acqua freſca, ed un cliſtere, ſono i rimedj più ſicuri. Perchè eſſi almeno hanno l' eccellente proprietà di non far danno; quando viceverſa altri mezzi poſſono diventare aſſai dannoſi, ſe uno non ſi ſia per una chiara eſperienza acquiſtato la prontezza di trovare una ſicura ſcelta di rimedj propria alle circoſtanze.

I *flati* ed i *rutti* ſono i ſoliti compagni dell' Ipocondria. In caſi urgenti ſi uniſce un freddo ed

irrigidimento delle membra, una incomoda vertigine ed una sì straordinaria angoscia, che gli ammalati credono di aver la morte vicina. L'orina che viene in copia, e scolorita, dimostra che l'attacco è Ipocondriaco.

In questi casi si vogliono alcuni ajutare colle gocciole dell' Hoffmanno, o collo spirito di salnitro dolcificato, altri ricorrono all' acqua di comino; similmente altri, se il male principale è una colica, o una convulsione di stomaco, cercano ajuto dall' acqua di salvia detta dorata. Qualche volta questi rimedj fanno buon' effetto, ma presi fuor di tempo producono infiammazioni, o altri mali. Assai più presto e più spesso io vidi cedere tutti i suddetti attacchi, se il paziente pigliava una dramma d'occhi di granchj, e dopo, qualche tazza di scottatura di millefoglio: Se oltre a ciò mettevano i piedi nell' acqua calda, o li tenevano involti in panni caldi, cedeva il male ancora più presto. Se si osserva questo contegno, si sopprime l'acidezza che ingombra lo stomaco, si ristabilisce la circolazione del sangue per tutte le parti, si rimette la traspirazione; per cui vien rimediato a tutto il male. La medesima scottatura di millefoglio può servire ancora in vece di un clistere, se vi fossero uniti forti dolori di corpo.

In questo modo si pratica assai più sicuramente, che con tutti i suddetti rimedj, almeno il considerabil guadagno che si fa, è questo, che diminuiscono senz' altro gli attacchi, senza risvegliare qualche malattìa che forse si teneva nascosta. Un esempio schiarirà il fin quì detto. Piccole circostanze e mutazioni di tempo cagionano spesso all' Ipocondriaco grandi incomodi: se bagna i suoi piedi, o improvvisamente si fa

fredda la ſtagione, ſenza ch'egli aveſſe tempo o occaſione di difenderſi con gli abiti opportuni, ei la ſente ſubito; perchè la traſpirazione rientra; ed i primi a patirne ſono i nervi irritabili. Ancora non ſa l'ammalato, nè forſe il Medico, che ſi avvicina una diſtillazione di capo, una toſſe, un reumatiſmo. Gli occhi di granchj, e la ſcottatura di millefoglio diminuiſcono ſenz'altro pericolo i ſuoi attacchi convulſivi. Ma gli ſi dia in vece di queſto delle gocciole dell'hoffmanno, ſpirito di ſalnitro, acqua di comino, o altri medicamenti calidi; i ſuoi attacchi de' nervi diventeranno ſempre più miti, ed egli ſi ſentirà meglio; ma viceverſa un'infiammazione dei polmoni, una febbre ardente o qualche altro male, ſarà la conſeguenza dell'attuale miglioramento. Non ſempre ſi dovrà pagare a sì caro prezzo l'uſo delle medicine calide; ma è male abbaſtanza, che nel tempo di ſua vita qualche volta intervenga, peggio ancora ſe la prima cattiva conſeguenza doveſſe eſſer l'ultima.

Con ſeria rifleſſione conſiglio gli occhi di granchio, o la polvere di guſci d'oſtriche purgati, ma non calcinati; perchè ho oſſervato che ſimili malati hanno per lo più un'acidezza nello ſtomaco. Io era il Medico decimoterzo di una Signora, che aveva tentato invano i più prezioſi rimedj corroboranti. La conſigliai a prender giornalmente una mezz'oncia d'occchi di granchi, e di bevervi ſopra dell'acqua fredda. In un iſtante ceſſavano ogni volta i ſuoi incomodi. Se ella poteſſe da sè mantenere un'eſatta regola di vita, non dubito punto, che in breve tempo non reſtaſſe liberata affatto dal ſuo male. Una quantità d'oſſervazioni fatte in

varie

varie malattie di tal carattere mi confermò nella mia opinione. Niuno dei rimedj usati operò l'effetto desiderato, sino a che non si rivolsero a quelli che assorbiscono l'acidità. Gli occhi di granchio presi giornalmente in una quantità sufficiente, ed un metodo esatto di vita, proccuraron loro di nuovo dopo qualche tempo la salute, che molto tempo prima cercarono invano nei più preziosi medicamenti. Non posso perciò bastantemente ripetere, che si abbia ogni possibile attenzione all'acidità che spessissimo vi è interessata, e secondo ciò si stabilisca il modo della cura.

Le indigestioni cagionano spesso i più terribili accidenti. Tutti i rimedj che si prendono giovan poco, oppure per un tempo assai corto, se non si levan prima le impure materie con purganti dolci, e si cerchi dopo solamente di corroborare lo stomaco. Molto s'ingannerebbe chi prima volesse accomodar lo stomaco con essenza di assenzio, o altri elisiri. Con questi non si leverebbe l'impurità dal corpo, anzi piuttosto si rinchiuderebbe in casa il nemico. Nondimeno niente vi è di più comune, che l'andar dietro immediatamente a tali rimedj corroboranti. Si tengono ordinariamente in casa, e prima eziandio di consultare un Medico; un piccol male ad un maggiore, senza paragone si riduce. Sarebbe molto più conveniente, fintanto che si dubita, che vi sia ancora della materia impura da espellere, di prender qualche tazza di scottatura di millefoglio, che io trovai giovevole nella maggior parte dell'affezioni nervose.

Viceversa conviene guardarsi ancora dall'opposto abuso, di non sempre appigliarsi ai medi-

camenti purganti. La maggior parte degli ammalati Ipocondriaci ed Isterici patiscono di ostruzioni: un secesso più frequente proccura loro dell' alleggerimento, e non producendolo la natura, si cerca di effettuarlo con i rimedj purganti. Io non nego che si ricava ogni volta un momentaneo sollievo; ma con ciò non si pone freno ancora al male, anzi egli acquista sempre maggiori le forze. Perchè l' irritazione, che necessariamente eccitano i purganti, attacca di tempo in tempo tanto i nervi dello stomaco quanto dei visceri, e gli assalti convulsivi, che appena si credono quietati, tornano più presto e più forti. A tutti quelli che patiscono ostruzioni, io consiglio di disporre il corpo piuttosto con dei clisteri, che con medicamenti solutivi; perchè resterà così immune lo stomaco, colla maggior parte degl' intestini.

Quanto addussi finora della maniera di curare le malattìe Ipocondriache, sarà bastante ai Lettori non Medici, per consigliarsi in molti casi da sè medesimi richiedendolo il bisogno, o per guardarsi dagli abusi, che nelle malattìe lunghe, nelle quali tutto si tenta, sono pur troppo frequenti. L' entrare in tutte le minuzie, e sottigliezze che oltre a questo si richiedono, presuppone una perfetta scienza medica: chi non possiede questa, non le potrebbe intendere; ma chi una volta le ha, può facilmente far di meno della mia Istruzione.

Del

Del regolamento di vita.

RImane ancora il regolamento di vita, la parte più importante della presente mia Istruzione, non solo perchè essa nelle malattìe de' nervi, vale ancora più delle medicine le più preziose, ma ancora perchè sarà al mio Lettore più intelligibile e più utile di quanto finora è stato proposto in generale, e concepito quasi secondo la capacità di quei, che sono inesperti nella scienza medica. Il regolamento di vita non si riduce solamente al puro nutrimento, devono ancora prendersi in considerazione l' aria, il tempo, il moto, il sonno stesso, le passioni, e l' evacuazioni. Ciascheduno di questi oggetti richiede l' attenzione del malato, e certe regole di contegno secondo le quali si deve comportare, se vorrà seriamente ajutare la sua indebolita salute. Felice quello a cui la natura o la fatica ha concesso una corporatura sì forte che non risenta incomodo dall'allontanarsi da un esatto metodo di vita; ei non ha bisogno di queste regole mediche, la di cui osservanza è inevitabile a una corporatura debole, o troppo irritabile; tuttavia acquisterà sempre più forte complessione, se non le crede indegne affatto della sua attenzione; Una durevol salute, ed una vigorosa vecchiaja sarebbero probabilmente le grate conseguenze, che la sana e robusta corporatura potrebbe compromettersi da un metodo di vita a lei conveniente. Per prevenire qualunque disordine, tratterò distintamente l' un dopo l' altro i differenti articoli.

L' Aria.

L'Aria, elemento necessario alla vita, ha un grandissimo influsso sopra ogni corpo; ma gli ammalati particolarmente ne risenton l'effetto. Non deve perciò parer superflua qualunque premura di tener la medesima purgata quanto sia possibile. Vi sono degli impedimenti generali, di toglier i quali non ista nell'arbitrio d'un privato. Solamente potrà bramare, che le strade sian nettate, particolarmente nei sobborghi, che l'immondizie de' luoghi, ed il concio trasportate non siano da un'angolo all'altro della Città, ma piuttosto per la porta più prossima, che ogni casa della Città non diventi una comune ritirata, e non si riempia l'aria del cattivo odore, e delle esalazioni d'orina putrefatta.

La melma, che svapora, del fiume Vienna, e l'acqua morta nei fossi della Fortezza devono necessariamente corromper l'aria con esalazioni putride, che di tempo in tempo respiriamo, particolarmente quei che abitano vicino a questi stagni. Nei sobborghi quasi ogni strada ha da ambe le parti pessime esalazioni; il di cui fetore ci fa facilmente arguire, quanto da ciò venga infettata l'aria. Nè può seguire diversamente fino a che resta a tutti permesso: di gettare nei canali contigui alle case, l'orina, la saponata, ed altre immondizie, senza che alcuno ci pensi a pulirli.

Abbiamo dunque buonissima speranza, che finalmente sarà posto termine alle comuni doglianze, e non saranno più tollerati i cimiterj in mezzo alle case abitate, ma che trasferiti sa-

saranno fuor delle *linee* (*a*). Ma sarebbe desiderabile, che ancora gli Spedali fossero allontanati dagli abitanti dei sobborghi, ed eretti in una situazione, in cui i venti potessero facilmente portar via tutte le cattive esalazioni, senza riportarle verso la Città, o le case contigue. Il provvedere similmente a tutti quei mestieri, le opere dei quali necessariamente infettano l' aria, manterrebbe l' atmosfera della nostra Città assai più purgata. Ma siccome tutte queste mutazioni sono soggette a infinite difficoltà, così resteranno per lungo tempo le nostre brame inesaudite. Tutto quello, che i malati Ipocondriaci, per li quali l'aria putrida è un dannosissimo veleno, potranno proccurarsi, è di evitare i luoghi, nei quali in maggior numero si uniscono simili perniciose cagioni.

Viceversa è un' opera della nostra propria vigilanza, di tenere almeno nelle nostre proprie abitazioni l' aria tanto purgata quanto è possibile, è di allontanare tutte quelle cagioni, che non ci lasciano respirare l'aria sì pura, come l'esterna.

Quanto meno corpi esalanti sono nelle nostre camere, tanto più pura rimane in esse l' aria. I cani, i gatti, gli uccelli per quanto saranno tenuti puliti, infettano sempre l' ambiente. Le frutta, i fiori, o i vasi ripieni d' erbe odorose, non solo guastano l' aria, ma eziandio sono nocivi a coloro, i quali patiscono di affezioni nervose, a cagione del loro odore, particolarmente se restano la notte serrati nelle camere.

Si crede di purgar l' aria nelle camere, in particolare dopo il cibo, per mezzo dei suffumigj. Ma uno s' inganna; il cattivo odore viene

(*a*) Linee *di Vienna sono l' antemurale de' Sobborghi.*

ne veramente modificato, o per dir meglio, viene ſcacciato da uno più forte: ma l'aria non può per queſto diventare più purgata, piuttoſto reſta infettata da nuove particelle ugualmente eterogenee. Meglio ſi farebbe, ſe ſi apriſſero le fineſtre per far ſortire il cattivo odore, e far entrare in ſua vece l'aria pura.

Neſſun'aria è generalmente più ſana e pura di quella che è libera e aperta. Si eccede però, ſe d' Inverno ſi tengono ſempre le contraffineſtre ſerrate, e ſi difendono le porte da per tutto con portiere, per eſcludere tutta l'aria pura. Piuttoſto ſi dovrebbe tener per regola generale di tenere, ogni volta che ſi trova l' aria infetta, aperte le fineſtre almeno per qualche minuto, o di muovere ſenz' altro le porte in quà e in là. Queſto metodo di ripurgar l'ambiente è l'unico; tutti i profumi a nulla ſervono: ma biſogna uſare la diligenza di andare in un' altra camera, mentre le fineſtre ſono aperte.

Si oſſervi ſolamente, a quanti ſpeſſe volte nelle grandi converſazioni ſopraggiungono delle mancanze. Appena reſpirano un' aria più libera, che ſubito ſi trovano alleggeriti. L'eſalazioni di tanti aſtanti, l'odor dei cibi, la quantita dei lumi infettano l'aria. Il medeſimo ſegue nelle Chieſe, ove è gran concorſo di popolo particolarmente trovandoſi in eſſa ſeppelliti dei morti, ed acceſi molti lumi. Da ciò ſi conchiuda quanto nuocer deve un' aria morta ſerrata nelle camere, che tutto il giorno e la notte ancora reſpiriamo, mentre in molte circoſtanze può produrre nei corpi delle mutazioni molto ſenſibili.

Nel corſo del giorno pertanto mutiamo aria, non reſtiamo ſempre nell' iſteſſa camera, eſciamo

mo fuor di casa, e respiriamo più liberamente, ma durante la notte l'aria è chiusa, e noi la respiriamo senza mutazione. Perciò dovrebbe essere nostro particolar pensiero la scelta della camera da dormire. Non la più piccola, ma la più grande stanza che di giorno è ventilata, dovrebbe a tal oggetto essere scelta, e dovrebbonsi togliere tutte le cagioni che sogliono contribuire a infettar la notte il nostro ambiente. Bandirei dalla medesima tutti i vasi da notte, per quanto artificiosamente siano lavorati; eglino posson bene appagar l'occhio ma non il naso, che fa bene il suo uffizio. Se l'orina che si fa avanti il dormire esala tutta la notte, chi crederà, che esalazioni così corrotte non sian nocive?

Il lume della notte merita ancora la nostra attenzione. Arde in quasi tutte le camere di letto, e riempie l'aria di particelle impure. Si entri la mattina prima che siano aperte le finestre, in tale stanza, per convincersi quanto distintamente si scuoprono subito l'esalazioni del lume della notte. Queste noi respiriamo continuamente, e ci maravigliamo se la mattina, quando ci svegliamo, troviamo da lagnarci d'indebolimento o di serratura dì respiro. Il mio consiglio sarebbe di tener la lampada di notte in un'altra stanza, e di congegnarla con una macchinetta del tutto fuori di finestra. Nella medesima camera da noi destinata una volta per dormire, mangiarvi nel tempo stesso, fermarvisi il rimanente della giornata, o tenervi animali o cose odorifere, non si può combinare colla salute: l'aria deve essere necessariamente impura all'ultimo grado. Ma se mai per qualunque cagione non può succedere diversamente,

do-

dovrebbe almeno il giorno più ſpeſſo ; e ſopra tutto di notte eſſer ventilata.

Nelle Città molto popolate, dove gli abitanti ſono l'uno ſopra l'altro ammaſſati, dove l'immenſa quantità degli uomini e degli animali riempiono l'aria di loro eſalazioni, dove le caſe alte chiudono l'ingreſſo ai venti, dove è inevitabile, che paludi, acque ſtagnanti, roba putrefatta gettata fuori, Spedali, Bottini, e cento altre cauſe non infettino l'aria, non ſi potrà giammai baſtantemente rimettere il malato Ipocondriaco. Egli dunque non può ſceglier meglio che di paſſar l'Eſtate permettendolo le ſue forze, in una ſalubre campagna. Durante l'Inverno uno ſi può preſervare in una gran piazza, in una ſituazione arioſa della Città, e in camere alte e ſpazioſe.

Quanto ſi è detto riguardo all'aria pura, potrà baſtare; le rimanenti qualità nocive, per cui l'aria agiſce principalmente ſopra i corpi irritabili, non potranno eſſer sfuggite. Sarebbe deſiderabile che fino dal tempo della prima educazione, di che forſe parlerò un'altra volta, ſi aſſuefaceſſe il corpo in modo, che non gli foſſe ſubito così ſenſibile ogni mutazione dell'aria. Ma a chi ha la diſgrazia di ſentire l'influſſo di qualunque tempo, altro non gli reſta, che di uniformarſi alle ſue mutazioni, difenderſi, quanto può, e prevenire i dannoſi effetti del medeſimo.

Il Tem-

Il Tempo.

IL Tempo è ſottopoſto ſolamente a quattro mutazioni principali, perchè o è freddo, o è caldo, o è aſciutto, o umido.

Il *Freddo aſciutto* fortifica il corpo, e non è nocivo, ſe ſi ha la doppia avvertenza, di cuſtodirſi bene coi veſtiti per una parte, per l'altra di non eſporſi mai al medeſimo, quando uno è riſcaldato. Meglio di tutto è, ſe non ſi fanno riſcaldar troppo le camere: ſi può prendere il grado 14. ſul Termometro di Reaumur per regola d'un moderato calore. Chi una volta ſi è aſsuefatto a tener la ſua camera riſcaldata a ſegno di provocar quaſi il ſudore, va incontro al pericolo, appena che eſce, di eſser malamente trattato dal freddo. Conſiglierei anche a ciaſcuno, di non aggravarſi di tanti veſtiti contro il freddo: un tal corpo nuota quaſi nelle ſue eſalazioni: ogni freddo che gli ſopravviene, ogni benchè piccolo vento gli cagiona il raffreddore, catarro, e reumatiſmi, per li quali ſi riſvegliano i ſuoi accidenti.

Non poſso quì fare a meno di notare un'abuſo aſsai nocivo: alcuni portano della bajetta ſul corpo nudo; non è che io diſapprovi: ma laſciando la medeſima ſempre ſul corpo, come alcuni ſoglion fare, allora diventa ad eſſi nocivo quel che ſtimano vantaggioſo. L'eſalazioni ſi attaccano alla bajetta, e da queſta il corpo le riaſſorbiſce. Sarebbe ſimilmente pregiudicevole di non mutarſi per lungo tempo la camicia. Tutta la premura dataſi per purgar l'aria ſarebbe inutile, ſe non ſi penſaſse nel tempo ſteſso alla pulizia, e cambiamento dei ſuoi abiti, partico-

ticolarmente di quelli che immediatamente toccano il corpo.

Il *Freddo umido* è nocivo al corpo; basti solo il dire che impedisce la traspirazione: la cosa più sicura sarebbe, se i malati Ipocondriaci mai si esponessero all'aria umida. Ma questo è un voler troppo: sarà dunque bastante, se custodiranno il loro corpo con sufficienti abiti, e principalmente le gambe da ogni umidità. Ho osservato in molti, che subito acquistavano il raffreddore, ed i reumatismi, quando i loro piedi non eran difesi dall'umido. Ancor questo dei casi non è sempre evitabile: Se una volta segue, bisogna proccurare di rasciugare i piedi subito che sarà fattibile. Se questo non potesse seguire per lungo tempo, e se si ha l'esperienza, che da ciò vengano risvegliati gli attacchi Ipocondriaci, o risvegliati altri mali, allora non bisogna che rincresca di bagnare i piedi nell'acqua calda, e di bere alcune tazze di tepida scottatura di fiori di Sambuco. In questa guisa vien di nuovo provocata la traspirazione, ed impedito qualche male, che ci aggraverebbe per lungo tempo.

Il *Caldo asciutto* giova comunemente a tutti quelli, che sono tormentati da affezioni nervose. Essi hanno la loro regolare traspirazione, e se ne trovano bene. Ma se mutano subito vestito dopo un forte riscaldamento, o incautamente si ricreano col fresco della sera; allora necessariamente rientra dentro la traspirazione ed espongono il loro corpo a nuovi guaj.

Il *Caldo umido* viceversa, particolarmente spirando il vento sciroco, non indebolisce niuno tanto; quanto i malati Ipocondriaci. Essi diventan deboli, abbattuti, inquieti, ed incapaci

per

per gli affari. E ſiccome non ſi può levare nè la cauſa, che è fuor di noi, nè attendere un altro effetto; finchè non ſi acquiſta un corpo più forte, che ſia meno ſenſibile, indi è, che quì ogni ajuto di medicina è ſuperfluo eccettuata la neceſſità di opporſi ſul bel principio ai caſi urgenti, quando ſi paleſino. Del rimanente deve l'Ipocondriaco con divertimenti, ricreazioni e moto proccurare di non degnare il male preſente di alcuna ulteriore attenzione, per non renderlo peggiore col riflettere; e coll'imaginare.

Tutte le imminenti mutazioni di tempo ſono ſenſibili agl'Ipocondriaci; un'imminente pioggia, una proſſima neve, un temporale che ſovraſta, fanno già da lungo tempo prima grand' impreſſioni ſopra ſimili vivi ambulanti Barometri. Non ſi aſcriva queſto alla forza immaginativa, non è ſolamente proprio agl'Ipocondriaci; Anche quelli che portano una vecchia, benchè ſanata piaga, riſentono il medeſimo ſenza che ad alcuno venga in mente d'incolpar la loro immaginazione. Gli uccelli ſteſſi, e i peſci ſi accorgono delle vicine mutazioni di tempo: l'aria che a poco a poco prepara il cambiamento del tempo, benchè viſibilmente ancora non dimoſtri alcuna mutazione, agiſce non oſtante ſopra i nervi irritabili del più debole, avanti che ſia divenuta ſenſibile al più forte.

Siccome non è in potere nè del malato, nè del Medico l'impedire ſimili cambiamenti, indi è, che non ſi può ſcacciar neppure con alcuna arte medica l'effetto dei medeſimi. Biſogna ſeguire la ſopra mentovata regola; gli accidenti preſſanti ſi devono mitigare; gli accidenti comuni non ſi devono attendere. Piacevoli, e varia-

riabili divertimenti uniti particolarmente al moto della macchina, appreſtano i più eccellenti ſervigj. Del rimanente nella ſteſſa proporzione, in cui ſcema la malattìa, diminuirà ancora la ſenſibilità di queſte mutazioni di tempo.

Neſſun tempo è più pericoloſo agl' Ipocondriaci di quello dell' Autunno, e della Primavera. Poichè in queſte ſtagioni ſi è, che noi ſoffriamo quaſi in un ſol giorno le mutazioni che ſogliono accadere in un meſe; ordinariamente abbiamo la mattina e la ſera un' aria freſca e umida, e viceverſa a mezzogiorno ſpeſſe volte il Sole riſcalda egualmente che d' eſtate: non è eccesſivo il riguardo, particolarmente per quelli, le di cui traſpirazioni vengono facilmente impedite, di ſcegliere mattina e ſera abiti diverſi, che gli difendano dal freddo e dall' umido, o generalmente ſi mutino de' ſoliti veſtiti preſto nell' Autunno, e tardi nella Primavera. Esſi prevengono con ciò molti mali; ma ſopra tutto ſi devono riguardare dalla ventilazione, in particolare quando ſon riſcaldati. Siccome i nervi ſi riſvegliano la maggior parte a cagione di una riaſſorbita traſpirazione, così esſi non devono traſcurare queſt' attenzione, per quanto poteſſe loro eſſer incomoda, fino a tanto che non abbiano una volta fortificato il ſiſtema nervoſo del loro corpo.

Che l' aria ed il tempo abbiano un' influenza per lo più conſiderabile ſopra i corpi Ipocondriaci, è indubitato. Naſce per altro la giuſta queſtione ſe la mutazione dell' aria e dell' atmosfera poſſa promettere de' grandi vantaggi, e principalmente quando uno ſi è accorto, che l' aria, la quale ſi è ſolito di reſpirar di continuo, ed il tempo iſtabile, a cui uno è ſtato fi-

no

no ad ora esposto, non vogliono esser troppo confacevoli; ciò verrà deciso, se il male contro tutti gli adoperati rimedj resta ancora ostinato, e che appena svanito ritorna. L esperienza lo confermò, ed io sono intieramente d'opinione, che in molti casi non vi sia cosa più proficua che la mutazione dell' aria. Ma questa dev' esser pura, adattata al temperamento, all' età, e ad altre circostanze. Ognun vede che l' esame di tutto ciò incombe ai Medici abili. Il voler quì trattare quest' oggetto minutamente, e sviluppare ogni punto esattamente, sarebbe lo stesso che condurre il Lettore in una oscurità, da cui certamente o almeno collo sperato vantaggio non potrebbe tirarsi fuora.

Il Nutrimento.

QUelli il di cui stomaco digerisce tutto, non ha bisogno di prescrizione. Io scrivo solamente per quelli, i quali per causa della sensibilità dei loro nervi sono facilmente sottoposti a incomodi perchè il nutrimento indebolisce i loro nervi ancora di più, e rende peggiore o più lunga la loro malattia. Io non istarò colla bilancia alla mano, per pesare scrupolosamente ai miei Lettori, quanto sia loro permesso di mangiare e di bere. L' educazione, l' età, la consuetudine, il clima, ed altre circostanze vogliono in questo mantenere i loro antichi diritti. Questo dipende per la massima parte da loro, e il voler ordinare a tutti gli uomini quasi un medesimo peso, non sarebbe niente più saggio che il voler tagliare a tutti egualmente scarpe grandi.

Conviene riportarsi generalmente alla regola

ſemplice di non mangiare in una volta tanto da non aver più appetito a mangiar dell' altro. Molti, lo ſo, hanno l' aſſuefazione di mangiare una ſola volta ogni 24. ore e ſe ne trovano bene. Uno a tutto ſi può accoſtumare, finchè ſi è giovani robuſti e ſani: in queſto ſtato ſi commettono anche impunemente i più grandi diſordini. Ma io l' ho da fare con macchine deboli; queſte la sbaglierebbero all' ingroſſo, ſe voleſſero prender quelli per modello.

Tutti gli animali, giacchè rapporto al nutrimento, quello che è proprio delle Beſtie, ſi deve conſiderar proprio anche all' Uomo, ſentono un iſtinto di mangiare ſpeſſo ma poco per volta. Dopo un cibo moderato, la digeſtione finiſce dentro le 8. ore: ſe noi contentiamo lo ſtomaco ſolo una volta il giorno, egli ſi riduce eſtremamente vuoto nelle rimanenti ſedici ore. Queſto ſalto nella natura ridonderebbe in male ai miei malati. Ma ancora ai ſani riuſcirà alla fine ſvantaggioſo. Se queſto ſi mette di nuovo a tavola, ſente fame, o certamente grande appetito, inghiottiſce avidamente quello che gli viene d' avanti, non ſi prende tempo baſtante per maſticare, e ſi dà con ciò occaſione all' indigeſtione, egualmente che a tutti i mali, che da queſta provengono.

Ma il mangiare una ſola volta il giorno è per lo più un errore in quelli che patiſcono affezioni Ipocondriache. Eſſi ſentono molto più diſordine, ogni volta, che aggravano lo ſtomaco, e per ſovvenire alla loro fiacchezza, cercano più ſpeſſo ancora del ſano qualche ſpecie di riſtoro. Fuori delle ſolite ore del nutrimento del mezzogiorno, e della ſera, vogliono la mattina ſubito che ſi alzano da letto, ed ordinaria-

nariamente nel tempo che paſſa tra il deſinare e la cena nutrirſi. Queſto ſarebbe da permetterſi con facilità a macchine deboli, e infermicce, ſe tanto la quantità, come la ſcelta del nutrimento foſſe ſempre eſatta.

La dannoſa coſtumanza di rilaſſare maggiormente la mattina di levata i ſuoi già fiacchi nervi con calde bevande, è troppo comune, per poterne ſperar ſubito una ſalutare riforma: non oſtante non poſſo tacere al mio Lettore, che niente gli è più nocivo di queſta alla ſua malattìa nervoſa. Siccome il freddo corrobora, così il caldo indeboliſce. Deſidero adunque ſinceramente, che ſi bandiſcano per colazione tutte le bevande calde, e ſpecialmente le foreſtiere. Una volta che reſti abolito queſta abuſo, i noſtri poſteri appena crederanno, che noi in un Paeſe, che la natura ricolmò con tanta abbondanza di viveri, abbiamo fatto venire dall'Aſia, e dall'America una bevanda per renderla quaſi a tutti giornalmente comune. Se queſte bevande aveſſero finalmente la virtù di fortificare la noſtra macchina, di renderla ſtabile, e di conſervarla dalle malattìe, la noſtra ghiottonerìa meriterebbe almeno una ſcuſa. Ma per appunto ſegue il contrario. Eſſe c'indeboliſcono avanti il tempo, ed appena ci permettono di poter aſpirare a quella vigoroſa vecchiaja, di cui ſi potevano gloriare i noſtri Avi, i quali di tali foreſtiere bevande, o non facevano uſo alcuno, o almeno uno aſſai moderato.

Non voglio peraltro con queſto rigettare affatto, e ſenza eccezione queſte bevande. Che foſſe più vantaggioſo alla noſtra ſalute, ſe non ne aveſſimo giammai conoſciuti neppure i nomi delle medeſime, ne ſon troppo certo; ma

chi una volta a queste si è assuefatto, e si sente bene, o almeno non soffre cattive conseguenze, può continuar sempre, purchè si riguardi dagli abusi, i quali spesso accompagnano l'uso. Se una volta si vuol bere del caffè, perchè devesi avidamante inghiottire l'indigesta pellicula nuotante sul latte?

L'acidità, i rutti, lo stomaco guasto, la mancanza dell'ordinario appetito, l'indigestioni sono spesse volte le conseguenze di un momentaneo piacere.

Si attribuisce generalmente alla cioccolata una forza corroborante, ma si esaminino le sue parti componenti, nelle quali si contiene questa forza. Il caccao, lo zucchero, e forse un poco di cannella o vainiglia forma tutta la sua composizione. Che il zucchero non fortifica lo stomaco è noto a tutti: e del caccao, benchè non sia sì notorio, è certamonte lo stesso. Egli fa un burro; è dunque un corpo oleoso, ed emolliente, il quale sicuramente piuttosto che fortificare, indebolisce. Chi dunque può egli mai immaginarsi, che la forza, che proviene da pochi grani di preziosa vainiglia, sia proporzionata alla floscezza, che produce l'emolliente caccao sciolto nell'acqua calda? Se la cioccolata riscalda, ciò dipende principalmente da questo, perchè l'untuosità del caccao diventa, a motivo della tostatura, empireumatica; ma in generale e in quanto a sè stesso è da considerarsi per un genere nutritivo. La prevenzione che sia tanto migliore quanto è più vecchio, e riposato non può essere che pregiudicevole alla salute; perchè è naturale, che il principio oleoso del caccao, conservandosi lungo tempo deve rancidire.

Mol-

Molti si figurano che la cioccolata ajuti la digestione, accomodi lo stomaco, ed ecciti l' appetito; perche questo appetito lo trovano sul mezzogiorno più forte, di quando hanno preso la mattina il caffè. L'esperienza sarà verissima, ma la cagione si potrebbe forse prima ritrovare nelle circostanze, che nella natura d'ambedue queste bevande. Io son ben persaaso che il fior di latte nutrisca più del cattivo caccao, che ordinariamente si piglia nella cioccolata. Il pane che a questo effetto si consuma, per solito non si considera; almeno si comprenderà facilmente, che due tazze di caffè richiedono più consumo di pane. E' dunque una maraviglia che dopo presa la cioccolata, l'appetito divenga maggiore?

Per altro confesso volentieri, che è più facile di toglier di mezzo ogni sorta di colazione, che di proporne una nostrale più utile. Invano si ricorrerebbe al thè, o alla zuppa. A quelli i quali patiscono di mal di nervi, non si confà nè l'uno, nè l'altra. Essi devono generalmente astenersi da tutte le bevande calde, che rilassano; perchè sarebbe ben curioso, che uno s'immaginasse d' aspettar dall' acqua calda una virtù corrobante.

Ma se tutto questo vien proibito, dirà, che non ci resta più colazione? Durante l'inverno, io son d'avviso che a prendere un poco di vino col pane, contribuisse alla corroborazione dei nervi, assai più di tutte le colazioni che ora sono in usanza: Quelli il di cui stomaco fosse soggetto a patire dell' acido, dovrebbero scegliere il vino di Toccai, di Rarersdorf, di Schumlau, di Oedemburgo, d'Erla-

via (*a*): Le frutta che si possono conservare nell' invetno sarebbero a molti assai più giovevoli delle bevande calde. Se alla fine dovrà essere una zuppa, si faccia di vino o di birra: questa fortifica in parte, ed è molto conveniente a questa stagione.

Nell' estate si può prendere il latte fresco invece delle frutta mature. Altri si contentano dell' acqua fresca, la quale è da consigliarsi particolarmente a quelli, il di cui stomaco è inclinato a produrre dell' accido, perchè il latte, e le frutta accrescerebbero il male. Per quanto io sia convinto che parlando anche in generale, queste proposte specie di colazione fossero al mio malato molto più utili di quanto esso suole ordinariamente prendere, pure io non voglio obbligarlo ad alcuna: so, che l' educazione, e l' uso hanno concesso a queste bevande un diritto, che non si può levar loro, senza che uno sene risenta. Benchè col tempo si muti la consuetudine, pochi nondimeno si risolverebbero ad assumere un metodo di vita quasi nuovo, il quale almeno in principio non è senza qualche difficoltà. Potrebbero i genitori aver tanto amore per li loro figliuoli da non assuefarli a tutte le bevande debilitanti, che certamente ad essi sono nocive, e delle quali dopo un lungo uso, per quanto volentieri far lo volessero, più non potranno sì facilmente far di meno.

Il pranzo per le persone indisposte deve esser

(a) *Vini scelti d' Ungheria, dei quali il principale è il famoso Toccai.*

ſer neceſſariamente diverſo da quelle per le ſane: Quello che a queſti non reca verun pregiudizio attuale, può a quelli eſſer grandemente dannoſo. Sarà loro più confacevole, ſe lo faranno conſiſtere in pochi cibi ſemplicemente preparati. Con queſt' arte hanno i noſtri Padri prolungata la loro vita, e conſervata la robuſtezza dei loro corpi. Una ſorta di carne è ſufficiente; molte ſorte tra loro meſcolate piacciono bene al palato, ma fanno tanto peggio allo ſtomaco. Quello la di cui ingordigia non può contentarſi di una ſorta ſola, potrà tentare ancor la ſeconda: ma io non lo conſiglierei mai; penſi che è malaticcio, che vuol riſtabilir la ſua forza e ſanità, e che dunque non può permeterſi più di quello, che ſi ſono permeſſo i noſtri vecchi ſani, e robuſti.

Si mangi perchè ſi ſente fame, non perchè ſuona il mezzogiorno. Mangiare adagio, vuol dir maſticar bene, acciò venga facilitata la digeſtione. Mangiare moderatamente vuol dire, mangiar ſino a tanto, che tutto l' appetito ſia ſoddisfatto: ſi può eſſer ſazio, benchè rimanga ancora un poco d' appetito. Generalmente è nocivo ai malati, che patiſcono di affezioni nervoſe, ſe danno al loro ſtomaco molto da lavorare tutto in una volta. Eſſi non poſſono eſſere in ciò abbaſtanza guardinghi; non di rado gli tormenta una ſtraordinaria fame; ſe a queſta cedono ne ſeguono flatuoſità, affanno, indigeſtione. Si può prender per ſegno certo, che non ſia caricato di troppo lo ſtomaco, quando dopo il cibo ſi ha la medeſima prontezza per le ſue occupazioni, come per l' avanti.

Si conti una ſola volta in un benchè moderato paſto quante ſorte di animali ſono ſtati am-

mazzati, quanto grasso indigesto, quante sorte di spezie siano state profuse in abbondanza, per riaver subito che è possibile dallo stravizzo la nostra macchina. Ancorchè noi volessimo sinceramente, e di vero cuore soddisfare quest' oggetto, non avremmo potuto scegliere mezzi più attivi. Tutto il grasso è estremamente nocivo ai malati Ipocondriaci, lo stomaco dei quali è ordinariamente debole, perchè le parti solide son rilassate, e i sughi non sono bastantemente elaborati per digerire il grasso. Se il butirro è un poco stantìo, se l' arrosto è lardellato, l' Ipocondriaco se ne risente subito poche ore dopo. Ogni sorta di pasticcerìa gli fa male, per quanto ancora la forma esteriore lo tenti; molti non comprendono, perchè la tenera carne d' agnello produca nel loro stomaco sì spesso del disordine. La ragione è facile a concepirsi; si pensi solamente, che se la carne d' agnello deve esser morbida, quanto grasso deve necessariamente circondare i suoi filamenti.

Egli è un abuso delle nostre cucine di bagnar qualunque arrosto con una quantità di butirro, e di affogar quasi nel grasso tutti i secondi piatti; quindi gli spinaci e i cavoli neri, per la di cui squisita preparazione è necessario molto grasso, di rado son salutari all' Ipocondriaco. Chi attende dagli erbaggi a cagione delle sue circostanze buon effetto, faccia bollir l' erbe nel brodo, e poi le sprema. In questa guisa non solo vien liberato dal grasso indigesto, ma risparmia ancora al suo stomaco la fatica di digerire gli steli inutili dei vegetabili.

Generalmente devono gl' Ipocondriaci astenersi da tutti i cibi, che sono di difficile digestione, o flatuosi, o che accrescono l' acidità dello sto-

ſtomaco. Alla prima claſſe appartiene principalmente tutta la carne ſeccata al fumo, tutti i cibi che ſon fatti di farina cruda, e tutti i funghi i quali, eſsendo di difficile digeſtione, vorrei affatto sbanditi dal numero degli alimenti. Che i legumi cagionino gran flatuoſità, è noto; e chi vorrà uſare attenzione, troverà, che i cibi accomodati col ſugo dei limoni gli ſaranno per lo più nocivi. Io parlo degl' Ipocondriaci, e particolarmente di quelli, il di cui ſtomaco contiene un acido ſuperfluo.

Nondimeno non ſi può ſtabilire una regola certa. Una Signora, che è fortemente tormentata da affezioni nervoſe, e principalmente dai flati, non ſi trova mai meglio, ſe non dopo aver preſe delle radici. Un altro il di cui ſtomaco digeriſce poco, prova dopo mangiato il formaggio, non ſolamente niſsuna indigeſtione, ma anzi un' alleggerimento. Perciò ci reſta l' unica ſtrada di eſsere attento con un regolato modo di vivere a quello che ci fa bene o male, e di fabbricare ſopra tali oſservazioni regole per il proprio contegno, ſenza peraltro negare attenzione alle maſſime comuni.

Chi abbonda nello ſtomaco di acidità, comprende facilmente, che deve sfuggire il latte, i farinacei, gli erbacei, le frutta, e principalmente l' inſalata alida. Sbagliano adunque all' ingroſso gl' Ipocondriaci, ſe vogliono medicarſi generalmente e ſenza differenza colle frutta; viceverſa ſe l' Ipocondrìa procede da oſtruzioni di viſceri, allora gli giovan le frutta, e gli erbaggi, come rimedj ſolventi. Ma eſsendo la debolezza dello ſtomaco e dei viſceri l' origine dell' Ipocondrìa, queſte frutta non gli farebbero troppo vantaggio. Eſse produrrebbero

fa-

facilmente un' acidità, ed accrescerebbero il male.

E' forse la merenda tanto necessaria che uno non possa farne di meno per alleggerire il travaglio allo stomaco? Se ciò è una conseguenza del pranzo moderato, potrà passare ancora; ma se in ciò ha solamente parte la voglia, e la consuetudine, se non è terminata la digestione del pranzo, a che serve l' ammassar nuovi pesi? Quì è dove, io pensava, sarebbe opportuno e a proposito per dare un bando totale al caffè e alla cioccolata. Non si può immaginare con quanta liberalità si dispensano queste bevande, nelle visite ancora di sera non si ha riguardo alcuno di cambiarla con limonate, orzate, gelati, e pasticceria, non ostante, che le cattive conseguenze ci abbino avvertiti ad aver miglior cura del nostro stomaco.

Vi sono molti, i quali mangiano una sola volta il giorno; io dunque non chiedo troppo, se desidero bandita la merenda per causa del pericolo dell' abuso. In quanto alla cena per li miei malati l' affare è diverso. Per quanto un sano ne possa fare spesso di meno, non è così da consigliarsi ad un debole. La languidezza dello stomaco, ed una mancanza di calor naturale disturberebbe non di rado il consolante sonno; mentre al contrario vi sarebbe pericolo la mattina, o a mezzogiorno di aggravar di vantaggio lo stomaco per soddisfare gli stimoli del suo più gagliardo appetito.

Del rimanente non si deve mai pensare alla cena prima che, finita la digestione, tornato non sia l' appetito. Quanto più scarsa sarà, tanto più quietamente si può sperar di dormire. La qualità dei cibi medesimi deve esser diversa

da

da quei del pranzo, e di facile digeſtione. Non è mio intendimento di provvedere il Lettore di uno ſcelto libro di cucina. Solamente conſiglio a ciaſcuno, che rifletta ſulla conſuetudine ed eſperienza per prendere una giuſta ſcelta, e quantità dei cibi proporzionata alla ſua poſſibilità di digerirli. Gran quantità di carne, non la permetterei al mio malato e moltomeno gli confarà, ſe appena cenato ſi mette a letto.

La bevanda non è una parte meno eſſenziale del nutrimento umano, di quel che lo ſono i cibi; perchè non ſolo nutriſce in parte per sè medeſima, ma contribuiſce ancora al diſcioglimento dei corpi ſolidi, e fortifica lo ſtomaco per il ſuo travaglio. L'acqua limpida attinta da una freſca ſorgente è fuor di dubbio la più naturale bevanda, e la più confacente all'umana ſalute. Ancora quì ci deve guidare la conſuetudine, e l'educazione.

Chi è avvezzo una volta a una qualità d'acqua, prova nella mutazione accidenti, che gli conviene ſoffrire, finchè non è aſſuefatto alla nuova o non riprende la prima.

Ad un mio Amico, che aveva mutato l'abitazione, fece il cattivo effetto la nuova acqua, che per più giorni fu tormentato da dolori nel baſſo ventre, ne vollero cedere fino a tanto che non ſi riſolvette a bere di una pubblica fonte.

Noi per verità abbiamo nell'Auſtria generalmente dell'acqua buona. Ma ſiccome ad un malato Ipocondriaco molte coſe cagionano parecchi incomodi, dei quali non ſoffrono altri, indi è, che non increſcerà di avere uſata ogni attenzione nella ſcelta dell'acqua. Quanto più lungamente corre un'acqua ſopra un terreno arenoſo, quanto più preſto ſi ſcalda al fuoco, quanto più

to più presto si raffredda, in quanto meno spazio di tempo cuoconsi in essa i legumi, quanto più libera finalmente è d' ogni sapore, e odore, tanto più purgata vien giudicata. Alcuni preferiscono l' acqua di fiume filtrata, e particolarmente coloro che sono di un temperamento atrabiliario, e soggetti a stitichezza di ventre.

Quelli che hanno uno stomaco debole, o nervi irritabili, non possono per il solito digerire la birra. La nostra birra quasi mai trovasi bastantemente purgata dalla feccia, e per mancanza di una sufficiente preparazione dell' orzo bagnato e tosto, facilmente inforza. Sarebbe desiderabile, che in questo caso fosse prescritto un metodo ai fabbricatori di birra, acciocchè la nostra salute avesse a temer meno pregiudizio da questa bevanda. Quegli che voglion ber della birra, non ostante che siano convinti di avere uno stomaco debole, devono preferir l'aspra, che almeno non sarà loro tanto nociva.

La birra, non ben fermentata, conferisce egualmente poco che il mosto o il vino nuovo; Se la fermentazione non è ancora passata, vi sono allora molte particelle impure frammischiate, che tutte s' inghiottiscono. Oltre di questo contengono tali bevande gran quantità d' aria, che per la sua elasticità cagiona nello stomaco affanno, flatuosità, vomito, e scioglimento di corpo.

Ai sanguigni e a quelli che hanno il sangue viscoso, sarà più giovevole la birra di Horn (*a*); ma al comun pregiudizio, che essa rinfreschi non pre-

(a) *Horn piccola Città d' Austria Inferiore.*

presterà fede alcun uomo di senno. E' raro, che possa diventare comune tale opinione di una bevanda inebriante.

Per uno stomaco debole, il vino è il rimedio corroborante più naturale, sebbene lo smoderato uso del medesimo produca a lungo andare una debolezza universale di nervi. Quelli che patiscono di acidità devono sfuggire tanto i vini aspri, quanto la birra. Il vino d' Ungheria in luogo dell' Austriaco sarà loro più proficuo. Non ostante però non è questa regola senza eccezione; chi crederebbe che un uomo il quale soffre infinitamente di flatuosità, si trovi molto bene bevendo la birra, che ancora fermenta? Ma questo è tanto raro, quanto lo è, che una donna, la quale patisce d' acrimonia, senta gran giovamento dalla birra, o dai vini governati. Il prevedere tutte le conseguenze, è così impossibile quanto lo è lo scuoprire quello che segue nell'interno del nostro corpo. Ognuno si esamini, e scelga secondo la sua propria esperienza: basta, che abbia una guida che lo conduca quasi a dito, ove principalmente debba dirigere la sua attenzione. Se si accorge che i suoi accidenti vengano sempre o spesse volte messi in moto da questo cibo o da quella bevanda, richiede allora il suo prudente amor proprio di allontanare il male per mezzo di una cauta riserva.

Qualche volta addiviene, che un metodo di nutrirsi abbia fatto del vantaggio o per lungo tempo, o certamente per alcuni mesi. La natura è capricciosa: dipende dalla nostra prudenza di cedere ad essa in questo caso, e di cambiare alimenti. Generalmente è più naturale, che noi regoliamo tanto i cibi come le bevande,

de, secondo i nostri presenti bisogni; di quello che noi chiediamo dalla natura un' egual compiacenza. Chi volesse fissar questo anticipatamente, o volesse sforzare in simili casi la natura, potrebbe pagare anche colla vita il suo pericoloso tentativo. Un Medico attento consiglierà sopra di ciò a un malato, a norma delle circostanze per ciaschedun accidente, quello che non avrebbe potuto determinare giammai anticipatamente.

Ma benchè l' Infermo senta, che ormai può impunemente rischiare qualcosa di più, deve non ostante tenersi in guardia per difendersi sempre dai nocivi eccessi. Il mescere alla medesima tavola la birra, il Vermut, e varie sorte di vini non può esser che dannoso. La conseguenza inevitabile di tali mescolanze è una veemente fermentazione nello stomaco, dalla quale i co pi deboli hanno sempre da soffrire.

L' uso del Caffè o Rosolio dopo il pranzo è da rigettarsi affatto. Ognuno sente dopo tavola quanto gli sormonti il calore al viso, segno; che viene spinto più sangue verso le parti superiori. Chi oltre a ciò fa abuso di bevande spiritose, o calefacienti, si dispone a poco a poco ad una apoplessia. Si crede di ajutar con questo la digestione, ma chi proporziona il nutrimento alle forze del suo stomaco, non avrà bisogno di tali mezzi. Se abbiano tanta virtù digestiva, io non voglio deciderlo; forse a quelli in particolare, che hanno bevuto abbondantemente del vino, gioverà altrettanto un bicchier d' acqua per promuovere il discioglimento dei cibi presi.

Il Moto.

SEnza moto si affievoliscono finalmente le parti solide del corpo, e le fluide si alterano. Per la conservazione della nostra salute è dunque necessario un moto regolare. In che consista la regolarità del medesimo non è parimente sì facile a decidersi. Si deve tutto insieme considerare il tempo, il luogo, la durata, la veemenza, e particolarmente il modo, con cui si fa il moto, acciocchè sia ordinato conforme le attuali circostanze. Quello che ad uno è bastante, ad un altro è troppo, a quello è poco. Come in tutte le cose, così nel moto salutevole della macchina, nulla è più difficile che il trovare la misura.

Nell' Inverno l' ora più comoda per il moto è indubitatamente quella del mezzogiorno, viceversa nelle giornate calde non si può sceglier di meglio della mattina e della sera; cioè cominciando un' ora avanti del levar del Sole, e ritirandosi avanti il tramontare, affinchè l' aria fresca, o l' umidità, che cade non pregiudichi alle macchine sensibili. In un luogo ombroso impenetrabile ai raggi del Sole, non si è certamente sottoposti a questa regola; ma si deve aver cura, che l' aria sia eziandio pura, e bastantemente libera.

Il far del moto subito dopo desinare impedisce spesso l' adeguata, e regolar digestione. Ma ancora il girar troppo di buon ora, o dopo il tramontar del Sole, favorisce di rado i malati Ipocondriaci; perchè l' aria umida e guazzosa impedisce spesso la traspirazione particolarmente quando si è vestiti da Estate troppo leggermen-

mente. Del rimanente ogni Ipocondriaco ſi troverà ſollevato, quando egli può godere i ſuoi paſſeggi in una grata compagnia d'amici, con animo ilare, tra i ragionamenti piacevoli, e la diverſità degli oggetti; poichè molti altri vantaggi, ch'ei recava di queſte circoſtanze, non è l'ultimo quello di fargli dimenticare il ſuo male.

Non ſi può eſattamente preſcrivere la maggiore o minore durata del moto. Servirà per regola, che ſubito che uno diventa ſtracco o ſudaticcio, ſi riposi, acciocchè le forze del malato non ſi indeboliſcano troppo, ovvero non ſi perdano per il ſudore i ſughi utili. Sarebbe inconveniente eſtendere queſte regole di vita ancora ai ſani; altrimenti di quanti moti dovrebbero privarſi nel corſo dell'Eſtate. Ma continuare inutilmente il moto ogni giorno quaſi fino a ſpremere un copioſo ſudore, non è ben fatto neppure per li corpi ſani.

Chi non ha la macchina aſſuefatta a moti veementi, fa male ſe gl'intraprende tutti in una volta. Queſti in vece di riſtabilir la ſalute, ne guaſtano il poco che ne hanno. La macchina ſi può certamente aſſuefare a tutto, ma biſogna effettuarlo gradatamente. Ella è certamente coſa più ſicura, e più utile il cominciare con movimenti piccoli, e moderati, e così continuare fino ai maggiori.

Niente vi ha di più ridicolo, ed inſieme più pericoloſo, che quando coſtoro, che a cagione del loro impiego, o per qualunque altro motivo ſogliono ſtarſene a ſedere quietamente tutto il giorno, tutto in una volta ſi riſolvono a moti violenti, per liberarſi, come dicono, dalle oſtruzioni, e altri mali della vita ſedentaria.

Eſſi

Essi eleggono per appunto il mezzo di render peggiore quel che vorrebbero migliorare. Cosa mai si posson eglino augurar finalmente da moti sì violenti? I loro umori per il lungo, e continuo sedere, son diventati tenaci: dovrebbe il moto assottigliargli ad un tratto? no certamente: piuttosto possono esser sospintl in un viscere nobile. Da questo derivano le ostruzioni, le quali giusto si vuole evitare: oppure, se già ve ne fossero, potrebbero con facilità passare all' infiammazione. Inoltre di rado segue una forte, e particolarmente insolita commozione senza spremitura di sudore; allora gli umori che restano, divengono più tenaci, e la traspirazione torna più facilmente in dietro, subito che uno si espone a una frescura, la quale non suol tanto allettare, quanto dopo un moto violento.

Il modo più naturale di far del moto è anche il migliore. Le gambe accordateci dalla natura devono servirci non solo per le nostre faccende, ma ancora per la conservazione della salute. Perchè in questa sola guisa, e quasi non altrimenti si mettono tutti i membri aggiustatamente in movimento. A quelli, che per ogni sorta di moto si trovano troppo deboli, rimane ancor la lettiga, ovvero se lo permettono le altre loro circostanze, possono andare per acqua, e poi trovandosi meglio in forze provare il moto della carrozza, finchè i loro piedi si trovin forti abbastanza per un moto il più naturale, e salubre.

L' intraprendere un viaggio per luoghi piacevoli tende al medesimo fine. Non solo il continuo scuotimento dello stomaco, ma ancora la piacevole varietà degli oggetti diventa salure-

vole a un malato in viaggio ; poichè l'uno e l'altro gli fanno ſcordare il ſuo male, e danno ai ſuoi nervi un' altra diſpoſizione.

E' molto ben conſigliato il cavalcare. Chi ha lo ſtomaco debole, o gl' inteſtini troppo irritabili, deve ſempre ſperar del vantaggio da queſto ſcuotimento. Solamente non deve il moto eſser intrapreſo con tanta violenza, nè ſubito dopo il pranzo. L'andar di trotto, o di galoppo ſarà dilettevole ai ſani; ma l' ammalato perde le ſue forze, e ſopravvenendo il ſudore perde ancora una buona parte dei ſuoi umori. Il cavalcar di paſso o di contrappaſso gioverà moltiſſimo al mio malato.

Chi ha per principal cagione dell' Ipocondria l' emorroidi, non troverà ſalutare il moto a cavallo. Giuſto i vaſi, in cui è la ſede del ſuo male, ſi riſcaldano principalmente: la conſeguenza è facile a indovinarſi; il ſangue vi concorre in maggior copia, e diſpone di nuovo alle emorroidi.

L' uſo delle fregagioni fatte o per tutto il corpo o particolarmente per tutto il ventre, produce, conforme ſpeſſe volte ho oſservato un' effetto aſsai migliore del cavalcare. Si continuino però per più meſi la mattina a ſtomaco digiuno, ed uno può ſicuramente da queſto augurarſi dei grandi vantaggi. Un quarto d' ora il giorno baſterà; a chi l' effetto ſembra troppo piccolo ſarà permeſso ſpendere il doppio di tempo. La fregagione ſteſsa ſi fa ſolamente aſſai mite, mentre così i vaſi diſteſi riacquiſtano la primiera loro tenſione.

Devo rammentare ancora, che nel moto come in tutte l' altre coſe, delle quali ho trattato fin quì, tutto principalmente dipende dall' educa-

ducazione e dalla consuetudine. Il ballare, il tirar di spada, e il correre son movimenti troppo violenti, che spesso apportano del danno; ma chi è una volta assuefatto, e non è immoderato nell'uso, difficilmente ne risentirà del male. Solo non si dica mai; io non ho dai moti i più violenti, che spesso ho continuati fino all'eccesso, risentito la minima cattiva conseguenza. Voglio concederlo; ma quando la ragione e l'esperienza c'insegna, che una cagione porti seco effetti dannosi, non ne segue perciò, che debbano sempre presentarsi nel momento di questa cagione, nè tampoco che si debbano subito sentire. Alle volte la medesima dispone il corpo a malanni che sono tanto più grandi, quanto più tardi compariscono, e finalmente a che giova, quando anche ci fosse per alcuni anni permesso, di eccedere oltrepassando la moderazione? Si arriva poi a un tempo in cui prima della nostra aspettativa risentiamo i più terribili effetti.

Quanto la macchina dell'ammalato Ipocondriaco richiede un moto regolato, altrettanto è necessario al suo spirito di esser occupato: ovè manca l'occupazione, e l'Ipocondriaco ha campo di riflettere sopra il suo male, la forza dell'immaginazione giocherà sicuramente, e peggiorerà la malattìa. Non s'intende quì di parlare d'una soverchia, e forzata, e non interrotta applicazione dello spirito.

L'Ipocondriaco dovrebbe ordinariamente finire i suoi lavori di studio nelle ore avanti il pranzo, e ancora questi continuarli solamente fino che non senta stracchezza.

Quanto più varj questi saranno, e quanto più

grati i loro ſoggetti, tanto meno pregiudicheranno all'individuo.

Il Sonno.

Riguardo al ſonno ſarebbe deſiderabile, che non ſi cambiaſſe l'ordine della natura. Vegliare la notte, e ſacrificare una buona parte del giorno al ſonno, non è egualmente ſalutevole ai noſtri corpi, quanto il ſeguitare l'ordinario corſo della natura. Io conſiglio al mio malato, che a dieci ore vada a letto, e ſi levi alla più lunga alle ſei della mattina. Non ſi creda che ſia lo ſteſſo il ſagrificar le ore notturne, che altrettante del giorno; perchè l'eſperienza c'inſegna, che la traſpirazione del corpo ſegue per appunto nelle ore ſurriferite. Chi reſta troppo tempo a letto, diſturba la traſpirazione e la rende ſenza forze. Nulla adunque può eſſer più inculcato a quelli, che patiſcono di affezioni nervoſe, quanto lo ſcuotere a buon'ora il ſonno, e il levarſi preſto. Nondimeno non voglio oppormi al diritto, che ha l'educazione, e la conſuetudine ſu i noſtri corpi; così a quello ancora che è aſſuefatto a ſvegliarſi tardi, non conſiglierei mai di attenerſi a un altro ſmetodo di vita. Un ſimil ſalto nella natura produce di rado un buon effetto. Dall'altra parte o ancora, che ſi può mutare una inveterata conſuetudine quaſi a grado a grado, e con felice ſucceſſo.

Chi è convinto dalla lunga eſperienza, che il dormire dopo pranzo non gli è vantaggioſo, farà meglio ad aſtenerſene; almeno non dovrebbe eſtenderlo a più d'un quarto d'ora. Dopo

po aver pranzato ciascuno sente più caldo; unendo ancora il sonno, cresce il calore; colla positura stessa di chi giace in letto, viene il sangue maggiormente spinto al capo, e vien posto nel corpo il seme di diversi mali. S'imitino le azioni degli animali irragionevoli; perchè il loro naturale impulso di conservarsi non è stato guastato con artificj. Noi veramente vediamo, che essi generalmente si muovono tanto poco dopo l'ora del pasto, quanto d'Estate nel gran caldo; si riposono ordinariamente; ma non hanno premura di dormire in questo tempo. Giacchè abbiamo comune agli animali la necessità del nutrimento, del sonno, e del moto, non poco guadagneremo, pensava io, coll'osservazione e imitazione del loro contegno. Quanti che si lagnano di nottare senza sonno, sarebbero liberi di questo male, subito che si risolvessero a una maggior svegliatezza del giorno; perchè la natura avvicinandosi la notte, desidererebbe da sè medesima il sonno, che gli è stato negato il giorno.

Non è ben fatto, che molti, appena cenato si mettano a letto. La cena dovrebbe precedere almen di un'ora il sonno, allora quando una parte della digestione è già fatta. La cagione è chiara; quanto più le vene dello stomaco, e dei vicini visceri sono oppresse dal peso del cibo, tanto più viene spinto il sangue verso del capo. Da ciò o vien impedito il sonno, o certamente aggravato d'inquietudine, ed il capo disposto a varie gravose malattie.

Delle Passioni.

A Chi la natura, e la filosofia hanno concessa bastante indifferenza nella sinistra fortuna, resterà il corpo libero da molte malattìe egualmente che lo spirito dalle inquietudini. Pochi sono peraltro quelli i quali si posson gloriare d' un sì benigno temperamento; e senza questo posson benissimo i raziocinj filosofici molte volte produrre ottimi effetti; ma purgar gli Uomini di tutti i difetti non riuscirebbe ad essi che di rado, e nei soggetti straordinarj. E' dunque difficile che vi possa arrivare la Scienza Medica. Noi possiamo sempre dire al malato Ipocondriaco, che si guardi dalla collera subitanea, dalla mestizia, dal timore senza fondamento, e da altre angustiose passioni, che ei limiti i suoi desiderj, e che non fondi la sua contentezza negli esteriori casi di fortuna, nelle sciocche opinioni degli Uomini, ma nella sua propria perfezione. Ma invano: un accidente improvviso lo mette in ispavento, esalta la sua bile, lo immerge nella melanconìa, riempie la sua fantasìa di sì vive immagini del suo futuro destino, che un' affannoso timore penetra tutti i suoi nervi.

Felice quello, che dall' infanzia ha imparato a moderare i suoi desiderj, ed ha dalla natura una mediocre dose di sensibilità, cosicchè sono a lui indifferenti molte cose, di cui altri avidamente sen vanno in traccia. Ma comunemente tutti quelli, che patiscono di affezioni nervose, sono meno padroni delle loro passioni; perchè i loro troppo irritabili nervi li rendon capaci delle più vive impressioni. Egli è molto lode-

lodevole, che essi chiamino in tali circostanze la filosofia in soccorso; ma un Medico esperto non porrà per altro tutta la sua fiducia in questo rimedio. Quanto più gli Ipocondriaci si occupano in ricercare sufficienti ragioni da consolarsi, rigettano quelle, adottano queste, e di nuovo le trovano troppo deboli; tanto più riflettono al loro male, acquietano di rado il loro cuore, e indeboliscono il loro spirito con troppo occuparlo.

I medicameati in questo caso non possono far vantaggio; il loro ufizio è piuttosto di levar gli accidenti, i quali sono eccitati dalle risvegliate passioni. Se dunque l'Ipocondriaco vuol far cessare questa sorgente del suo male, la quale è pur troppo grande, non deve ricorrer più ai medicamenti, che ad altri rimedj passeggieri. Una savia previdenza nell'evitare tutti quegli oggetti, che inquietano il suo animo, una buona disposizione di cuore per mutare una passione afflittiva in un desiderio, che all'Uomo è quasi balsamico, o per certo non tanto nocivo, una piacevole dissipazione, e occupazione, particolarmente poi la prudente condotta di un Amico sono il miglior contravveleno per tutti questi mali, che le passioni cagionano nella nostra macchina.

Io non conosco per il corpo umano passione peggiore del timore, e della tristezza; e queste appunto sono proprie degl'Ipocondriaci. Si rassomigliano all'antiche furie, le quali tormentano lo spirito di giorno, ed in sogno ancora gli presentano il loro spavento. La tristezza gli occupa assai lungo tempo, scuote tutta la macchina, e principalmente i nervi. Il togliere il suo male è difficile. Si pensa continuamen-

mente agli oggetti, che ne ſono la cauſa; uno s'immerge ogni giorno più nella meſtizia, ſi cerca la ſolitudine, ſi ha contraggenio per qualunque diſtrazione, e ſi fugge l'umana ſocietà, dalla quale unicamente ſarebbe ancora ſperabile, il ſollievo, la conſolazione, e la guarigione.

Se ci rieſce per qualche intrapreſa occupazione, che richieda tutto lo ſpirito di allontanare il noſtro cuore dagl'oggetti del timore, e rivolgerlo ad altri, che ſieno di tutta la noſtra ſoddisfazione, abbiamo quaſi guadagnato la cauſa. I nervi acquiſtano un'altra diſpoſizione, e le immagini ſpaventevoli ſvaniſcono a poco a poco. Chi non è da sè ſteſſo in grado di occupare in queſta guiſa il ſuo ſpirito, cerchi grate compagnie: gli ſpettacoli, la muſica, il vino preſo moderatamente, il moto per ameni luoghi, i piccoli replicati, e piacevoli viaggi non ſaranno mai ſenza effetto. Da neſſuno di queſti mezzi da per sè ſolo è ſperabile l'intera guarigione: tutti devono combinarſi, e cambiando di continuo ſcacciarne la noja, che agli Ipocondriaci ſuol preſto affacciarſi.

Di tutti i movimenti pacevoli del cuore, non ve n'è alcuno, che ſia più giovevole al corpo umano, della ſperanza. Eſſa guariſce, ancorchè c'inganni; mentre per ſuo mezzo godiamo quaſi nel momento ſteſſo la grata ſenſazione di un futuro, ancorchè ſpeſſo puramente ideato bene. L'Ipocondriaco non può con baſtante premura andare in traccia di eſſa: Perciò fanno aſſai bene quei vecchioni, i quali fabbricano palazzi, e giardini, ſenza eſſer forſe sì felici da vedere il compimento dei medeſimi. Sono già indennizzati dalla ſperanza, che giornal-

nalmente promette loro qualche cosa di piacevole.

Se tutto questo non giova, se le immagini del timore, e della tristezza, che avvilisce in mezzo alle distrazioni, ed occasioni, che eccitano la speranza, ritornano; allora io non conosco rimedio migliore di affidarsi intieramente ad un Amico, seppure si è tanto felice di averne in qualche modo meritato, o trovato unò. Lo sfogo del nostro cuore, la parte che prende l'amico, i suoi consiglj, e la sua efficace assistenza, o toglieranno il male, o lo mitigheranno. Ma l'Ipocondriaco deve generalmente figurarsi di non esser punto in istato da farla seco da consigliere: egli non solo deve ascoltare il consiglio del suo Amico, ma eseguirlo ancora; e rimettersi quasi totalmente nelle sue braccia; Comunemente gl'Ipocondriaci sono i più testardi essi credono di veder meglio ogni cosa, hanno fatto maggiot riflessione degli altri alle loro circostanze, e non considerano, che per appunto il troppo riflettere, è la cagione, per la quale essi quasi nulla conoscono della loro ordinaria situazione.

Quando io parlo dei rimedj contro le passioni stravaganti, non intendo l'abuso nella voluttà, a cui solamente la continenza può esser contrapposta: questo abuso è uno dei maggiori mali, che cagiona l'Ipocondrìa, e quando esiste attualmente la rende incurabile. Molti giovani negli anni più teneri si son resi vecchj snervati. E nel tempo medesimo in cui dovrebbero godere la massima allegrìa nell'età giovanile si lagnano della debolezza dello stomaco, della vista, delle gambe, della memoria, ed incapaci a goder dell'allegrezza della gioventù,

tù, incapaci ai lavori, consumano i loro dolenti giorni con disgusto. Se sopraggiunge ancora la noja del piacere, allora il loro corpo soggiace a due mali, e la consumazione è la final conseguenza delle loro stravaganze. Il rappresentarsi avanti gli occhi tutti questi mali, ed una ferma risoluzione di evitare quelle occasioni, che posson dar motivo a sì dannosi stravizj, devonsi riguardare come mezzi più efficaci, per sottrarsi da una passione il di cui eccesso apre piaghe così incurabili.

L' Evacuazioni.

LA traspirazione, l' orina, ed il benefizio corporale sono le tre ordinarie specie, per mezzo delle quali seguono l' evacuazioni del nostro corpo. Quanto più son regolari, tanto più si sarà libero dagli attacchi Ipocondriaci. Se una di queste evacuazioni è impedita, non vi sarà meraviglia che risorga il male vecchio. Non ne farò ulterior menzione, non ostante che debbano esser di molta conseguenza per gl' Ipocondriaci; perchè sull' attenzione che si deve avere affinchè non venga impedita la traspirazione, ho sparso quà, e là secondo le occasioni i necessarj avvertimenti. Così ho consigliato al mio Lettore di non passar tanto facilmente ai solutivi in caso di stitichezza, mentre si otterrebbe è vero, un breve sollievo, ma non si farebbe che aumentare la cagione del male, cioè la debolezza de' nervi. Però quando non si sente affanni, ovvero tumefazione nel basso ventre, si stia pur tranquilli, poichè l' evacuazione viene da sè stessa; in caso contrario bisognerebbe

aju-

ajutarsi con erbaggj, frutta cotte, o con un lavativo che è ordinariamente la più mite.

Se i mali dei nervi derivano dalle trattenute purghe mensuali, da emorroidi, da piaghe non sanate a tempo, o da efflorescenze retropulse, allora bisogna abbandonarsi a un Medico prudente. Sta a lui ad esaminare esattamente, quali cause sono precedute, qual'effetto ne sia seguito, quali parti principalmente soffrono, e con quali mezzi efficaci convenga opporsi al male.

Il trattare estesamente tutte le specie d'evacuazioni del nostro corpo, l'analizzar tutti, o solo i principali sintomi, l'osservare, e il ponderare ogni circostanza importante, ogni mutazione, richiederebbe un ampio volume, che pure nulla, o almen poco gioverebbe al mio Lettore, perchè gli manca la necessaria cognizione della Scienza Medica, e l'esperienza egualmente necessaria.

Del rimanente qualunque cosa abbia detto della vita metodica, appartiene propriamente al malato solo, che è tormentato da affezioni nervose. A sua consolazione io lo posso assicurare, che io ho veduto molti guariti per l'osservanza del suddetto metodo, dopo avere speso senza frutto nei più costosi medicamenti. Kormaro per mezzo di un esatto metodo di vita, che cominciò l'anno trigesimo quinto dell'età sua, arrivò fino al centesimo. Io non posso peraltro prometter questo ad alcuno; ma giovamento almeno, se non totale ristabilimento si può attendere sicuramente. I sani non sono obbligati a questa prescrizione; nondimeno l'osservanza di alcune regole di contegno, di quelle in particolare, che son più adattate al loro

tem-

temperamento, alla loro attual ſituazione, e al reſtante loro metodo di vita, molto contribuiſcono a render durevole la loro ſanità.

A chi non è permeſſo dalle ſue circoſtanze di vivere ſecondo tutte le quì preſcritte leggi, ſarà baſtante di oſſervarne alcune, e quando ſarà loro poſſibile. Ma quegli che non hanno voglia di ſottometterſi a una ſtretta regola di vita, debbono incolpare sè ſteſſi, ſe in vece di guarire conſumano i rimanenti giorni dell'inferma loro vita in continue malattie, o ſe debbono quaſi ogni giorno ſentir l'amarezza della morte.

F I N E.